مستحضرات جمالك اصنعيها بنفسك

مهندس / محمد كذلك



مستحضرات جمالك
اصنعيها بنفسك

مهندس / محمد كذلك

دار الطلائع
للنشر والتوزيع والتصدير

دار الطلائع للنشر والتوزيع والتصدير

٥٩ شارع عبد الحكيم الرفاعي ناصية امتداد مكرم عبيد وسمير فرحات
مدينة نصر - القاهرة - ت: ٢٧٤٤٦٤٢ - ٦٣٨٩٣٧٢(٢٠٢) فاكس: ٦٣٨٠٤٨٣(٢٠٢)

Dar El-Talae For Publishing, Distributing and Exporting

59 Abdel Hakim El Refae St. Nasr City - Cairo
Tel : (202) 2744642 - 6389372 Fax : (202)6380483

رقم الإيداع : ٣٣٧٢ / ٢٠٠٤
الترقيم الدولي 977-277-336-8
تصميم الغلاف : إبراهيم محمد إبراهيم

طبع بمطابع ابن سينا القاهرة ت: ٣٢٠٩٧٢٨

Web site : www.altalae.com E-mail : info@altalae.com

مقدمة

لك ياسيدتى :

أصبح الحصول على مجموعات المستحضرات اللازمة لجمال المرأة ولإكسابها عبيراً طيباً عملية مكلفة جداً ، فى حين أن الكثير من هذه المستحضرات يمكن تحضيره باستخدام مواد قليلة التكلفة ، فكثير من العطور عبارة عن مجموعة من الزيوت العطرية التى تضاف إلى بعضها للحصول على العطر المطلوب ، ومستحضرات أخرى لا تحتاج سوى القليل من المركبات الكيماوية المتيسرة لدى الكثير من باعة المركبات الكيماوية ، ولتصنيع هذه المستحضرات لابد من انتقاء مركبات ومواد كيماوية وطبيعية على درجة عالية من النقاوة والجودة للحصول على أفضل النتائج ، وأيضاً عليك التجربة فى البداية عند التصنيع لأول مرة باستخدام مقادير قليلة من المواد الخام حتى تكتسبى الخبرة المطلوبة التى تمكنك من إنتاج كل ما تحتاجين إليه من مستحضرات جمالك داخل منزلك وبأقل قدر من التكاليف.

إضافة إلى استعراض الكثير من مستحضرات التجميل فى هذا الكتاب الذى كتب لك ياسيدتى بصفة خاصة فقد تناولت معالجة الكثير من المشكلات التى تواجهك وتؤثر على جمالك من حب الشباب ، تجعيد الجلد ، سقوط الشعر ، التهابات الجلد وغيرها من المشكلات التى تتعرضين لها وتبدو فى نظرك مشكلات معقدة ، فى حين أن معالجتها فى بداية الأمر يصبح أمراً سهلاً باستخدام مجموعة الزيوت العطرية واتباع نظام غذائى معين يتيح لك السيطرة على هذه المشكلات دون اللجوء إلى المعالجات الكيميائية التى قد تزيد من المشكلة ، أرجو أن يكون كتابى هذا ذا فائدة لك .

والله ولى التوفيق...

المؤلف

م. محمد محمد كذلك



الفصل الأول
مستحضرات تجميل طبيعية

حشيشة الملائكة Angelica

تتبع حشيشة الملائكة عائلة Umbell. ferae ، وتسمى علميا باسم Angelica archangelical ، وهى نبات قوى ينمو على ضفاف الأنهار والبحيرات ، ويبلغ ارتفاع النبات ١ –٢ متر ، ذات أوراق مسننة مثل أصابع الكف ، الساق مضلعة مجوفة ، الأزهار صغيرة خضراء مصفرة توجد فى مجموعات على شكل نورة خيمية كبيرة تظهر فى بداية الصيف ، وللجذور والسيقان والأوراق رائحة عطرية، ويزرع هذا النبات فى أوربا وسوريا والصين .

الزيت العطرى :

هناك نوعان من الزيت العطرى لهذا النبات ، الأول يستخلص من البذور، والثانى من الجذور ، وأحياناً يخلط النوعان معاً ، وعادة ما يكون الزيت العطرى عديم اللون فى بداية استخلاصه ولكن بعد فترة يتحول إلى اللون الأصفر ثم البنى الداكن ، ولا يجب استخدامه عندما يصبح لونه بنيا داكنا ، وتحتوى البذور على مقدار أكبر من الزيت العطرى عن الجذور ، ولكن الزيت العطرى الناتج من الجذور تأثيره قوى وأكثر تركيزاً .

الاستخدام التجميلى :

ينصح العديد من المؤلفين باستخدام نبات Angelica لغسل العينين والوجه عن طريق طحن البذور وعمل منقوع منها يغسل به الوجه ، أو يضاف المنقوع إلى ماء الحمام لتقوية الأظافر .

ويمكن غلى مقدار ٢٥٠ جراما من الجذور الجافة والمقطعة أجزاء صغيرة فى خمسة لترات من الماء لمدة ساعة ، ثم تصفى وتضاف لماء الحمام .

إكليل الغار Bay

يتبع هذا النبات عائلة Myrtaceae، ويسمى علمياً باسم Pimenta acris وهو نبات شجرى ينمو فى أمريكا الجنوبية وإن كان يزرع حالياً فى كل من المكسيك ،

فنزويلا، باربادوس ، جامايكا ، والنبات الذى نتحدث عنه هنا ليس هو إكليل الغار المستخدم فى المطبخ (إعداد الطعام) حيث يطلق على النوع المستخدم فى المطبخ اسم Laurel بالإنجليزية ، وعلميـاً اسم Pimento officinalis ، وإكليل الغار شجرة صغيرة قائمة ، ارتفاعها من ٧,٥ - ٩ مترات ، ذات جذع أملس رمادى والأوراق بيضاوية عطرية خضراء اللون .

الزيت العطرى :

يستخلص الزيت العطرى من الأوراق الجافة ومن البذور ، وهو زيت كهرمانى أو بنى اللون ، له رائحة عطرية قوية تشبه رائحة النفل Clove ، ومن الصعب العثور على زيت نقى ، إذ غالباً ما يجرى غش الزيت بالتربنتين Turpentine أو بزيت الفلفل الحلو Pimento .

الاستخدام التجميلى :

عادة ما يستخدم زيت إكليل الغار فى علاج سقوط الشعر ، ويستخدم شراب Rum إكليل الغار فى غسل الشعر وتصفيف شعر الرجال خاصة فى العصر الفكتورى ، حيث يستخلص الشراب Rum من الأوراق ، وتحتوى العديد من تركيبات الشعر والشامبوهات على الزيت العطرى ، ويستخدم الزيت العطرى فى علاج سقوط الشعر وقشر الرأس ، ويعطى الشعر القوة واللمعان ، ولأجل ذلك يخلط ١٠٠ سم٣ من الكحول درجة ٤٠ - ٦٠ (قوة عيارية) مع ٢٥سم٣ ماء مقطر أو ماء معدنى ويضاف لهما ٣سم٣ من زيت إكليل الغار ، وتدلك فروة الرأس بهذا الخليط قبل استخدام الشامبو .

ولإضفاء القوة واللمعان على الشعر يغلى عدد ١٠ -١٢ ورقة من أوراق النبات فى ٦٠٠سم٣ ماء لمدة ٥ - ١٠ دقيقة وبعد ترك المستخلص يبرد ويضاف إليه ٢٠سم٣ من الشراب rum ويوضع فى الثلاجة لحين الاستخدام حيث تدلك به فروة الرأس .

أصطرك جاوة Benzoin

يتبع الأصطرك الجاوى عائلة Styraceae، ويسمى علميـاً باسم Styrax benzoin، وينتج منه اللبان الجاوى ، وهو نبات شجرى يوجد فى لاوس وفيتنام ويزرع الآن فى ماليزيا وجاوا وسومطرة ، ويصل طول النبات إلى ٢٠ مترا ، الأوراق بيضية زغبية ، الأزهار لحمية صفراء مخضرة .

والبنزوان Benzoin عبارة عن صمغ راتنجي يستحلب من جذع الشجرة بعد جرحها ، وتظل الشجرة قادرة على إنتاج هذا الصمغ بهذه الطريقة لمدة ١٥ - ٢٠ عاما .

الزيت العطرى :

عند استحلاب الأشجار ينتج راتنج Resin مصفر اللون ، وعندما يترك يغلظ قوامه ويتصلب ويتحول لونه إلى الأحمر المائل للبنى ، ولهذا الراتنج رائحة الفانيليا ، وهو مادة عطرية قوية ولها طعم لاذع Acrid ، ويجرى تنظيف الراتنج وتحويله إلى مسحوق فى صورتين ، صورة بسيطة وصورة مركبة وتستخدم الأخيرة على الجلد ، أو يحول إلى زيت عطرى .

الاستخدام التجميلى :

يفيد استخدام البنزوان فى حالة وجود علامات أو بقع بنية اللون فى : الوجه ، الصدر ، الأيدى ، خاصة لو تم مزجه مع زيت الليمون ، ولأجل ذلك يخلط ١٠ سم٣ من زيت اللوز ونقطتان من الليمون ونقطتان من زيت جنين القمح وأربع نقط من زيت البنزوان . يجب تخفيف خلاصة البنزوان باستخدام الماء المقطر حتى تصبح فعالة عند وضعها على الجلد .

الجزر Carrot

يتبع الجزر عائلة Umbelliferae ، ويسمى علمياً باسم Daucus carota وهو من الخضراوات الجذرية المهمة على مستوى العالم باعتباره غني بالعناصر الغذائية وبخواصه العلاجية والدوائية ، ويعتقد أن منشأه أفغانستان ، والآن يزرع فى أغلب بقاع العالم ، والجذور البيضاء تكون صغيرة صلبة ذات رائحة حريفة Pungent aroma ، أوراقه رقيقة مقسمة ريشية .

الزيت العطرى :

للجذر بذور صغيرة زغبية هى التى يستخلص منها الزيت الذى يستخدم فى صناعة العطور والعلاج الطبى ، وللزيت لون برتقالى مصفر ، وهو شديد السيولة وله رائحة التوابل .

الاستخدام التجميلى :

يفيد أكل الجزر فى تحسين صحة الجلد لما له من خواص تعمل على تنظيف

الـدم ، حيث يساعـد على إزالة البقع ، ولإزالـة التجاعيد والبقع الجلديـة يخلط ١٠ سم^{3} من زيت اللوز مع أربع نقط من زيت الجزر ، ويستخدم الخليط مرتين فى العام، كل مرة لمدة شهـر واحد فقط وذلك بدهان الجلد مرتين كل يوم ، وعندها سوف يصبح الجلد ناعما وطريا ويكتسب لوناً جميلاً.

ولأن رائحة الزيت قد تكون غير مرغوبة من بعض الناس لذلك فعند استخدامه على الوجه يجب أن يضاف إليه نقطة أو أكثر من زيت الورد .

ويفيـد الجزر فى إعداد الجلد لمواجهـة أشعة الشمس خاصة عند ذوى البشرة الحساسة ، حيث يمنع جفاف واحتراق الجلد وحمايته من السرطان ، ولذلك فقبل شهرين من القيام بالإجازة الصيفية والتعرض لأشعة الشمس يجب تناول عصير الجزر يومياً ، ويمكن استخدام البقايا الناتجة من عصير الجزر (اللب) فى عمل قناع مرة كل أسبوع على أى جزء من الجسم يحتاج إلى ترطيب .

ويمكن تدليك أى من أجزاء الجسم بقدر قليل من زيت الجزر .

البابونج الحلو Chamomile

ينتـمى هذا النبـات للعـائلة المركـبـة Compositae ، ويسـمى علمـيـاً Chamaemelum nobile ، ويوجد من البـابونج عدة أنواع تزرع فى المناطق ذات المناخ المعتدل ، وتتميز كلها بأوراق جذابة مقسمة وأزهار لؤلؤية صغيرة ، ويعتبر البابونج عشبا طويلا جداً ، ومنه أنواع تنمو برياً .

الزيت العطرى :

يستخرج الزيت العطرى بطريقة تقطير الأزهار الجافة الطازجة ، وزيت البابونج الحلو له لون مزرق فاتح يتحول فيما بعد إلى اللون الأصفر المخضر ، أما الزيت الناتج من البابونج البرى فهو داكن اللون وأكثر قوة وأقل من البابونج الحلو فى الطعم اللاذع .

الاستخدام التجميلى :

يفـيـد البـابونج فى عـلاج حـالات الجلد المرضـيـة ، مـثل : التـهـاب الجلد Dermatitis، حب الشباب Acne والإكزيما Eczema ، ولأن زيت البابونج يحتوى على مادة Azulene فهو يفيد فى علاج البثور Boils والخراريج Abscesses بصورة سريعة . ويستخدم منقوع أزهار البابونج فى الماء الساخن فى عمل الكمادات أو استخدام منقوع أكياس شاى البابونج .

ويمكن أيضاً استخدام منقوع هذه الأكياس فى تدليك الوجه لدى السيدات قبل الحيض أو أثناء تعرضهن للحساسية الناتجة من حمى القش Hay fever .

ويستخدم زيت البابونج مخلوطاً مع زيوت أخرى لعمل مخلوط لتدليك أنواع عديدة من الجلد .

ويعتبر منقوع البابونج علاجا قويا لتنظيف وتطهير الجلد ، ويضاف البابونج إلى الشامبوهات المستخدمة مع الشعر المجعد ، وأيضاً فى صبغات الشعر ، كما يمكن استخدامه فى صبغ الشعر بلون خفيف .

خشب السيدر (الأرز) Cedar wood

ينتمى هذا النبات لعائلة Pinaceae ، ويسمى علمياً Cedrus atlantica وهو نبات دائم الخضرة فى صورة أشجار قوية تعيش فترة طويلة . ومنشأ هذا النبات جبال أطلس فى المغرب ، وهناك نوع آخر يسمى Cedrus libani يوجد فى سوريا وجنوب شرق تركيا ويسمى الأرز اللبنانى ، وللنوع الأول أوراق إبرية ، الأزهار المذكرة صفراء تزهر فى بداية الصيف ، والأزهار المؤنثة تظهر مثل المذكرة. وتخرج المخاريط بعد عامين ناضجة وتتفتح وهى فوق الأشجار حيث تتحرر منها البذور .

الزيت العطرى :

يستخدم الزيت العطرى فى العلاج الطبى ، ويستخرج الزيت من خشب الشجر ذاته بالتقطير البخارى فى صورة سائل مائل للاصفرار ، له رائحة التربنتين العطرى .

الاستخدام التجميلى :

يستخدم زيت الأرز Cedar wood فى علاج قشر الرأس وسقوط الشعر Al-opecia، وفى فرنسا يضاف هذا الزيت إلى الشامبوهات وغسول الشعر لعلاج سقوط الشعر ، حيث يفيد فى حالات فقدان الشعر عند الرجال والنساء سواء الحالات الناتجة من أمراض معينة أو من الحمل وذلك بخلط ٣٥سم^{٣} زيت بذور العنب مع ٥سم^{٣} زيت زيتون بكر مع خمس نقط من زيت جنين القمح و ٢٠ نقطة من زيت خشب السيدر (الأرز) ، ويفرك بهذا المخلوط فروة الرأس برفق قبل استخدام الشامبو بعدة ساعات .

الشمر Fennel

ينتمى هذا النبات لعائلة Umbelliferae ، ويسمى علمياً باسم Foeniculum

vulgare وهو نبات عشبي معمر له جذر وتدى لحمى ، ارتفاعه ٨٠ - ١٢٠سم ، وساقه قائمة متفرعة ، الأوراق مقسمة تقسيماً ريشياً ثلاثياً أو أكثر ، وغمد الورقة مستطيل ، الأزهار فى نورة خيمية مركبة ، ولون الأزهار أصفر والثمار غالباً ذات حوامل ثمرية .

الزيت العطرى :

كل أجزاء النبات ذات رائحة عطرية إلا أن البذور هى التى تسحق ويستخلص منها الزيت العطرى ، وهو عادة عديم اللون وأحياناً يكون أصفر باهتا ، وله رائحة عطرية تشبه رائحة الينسون لكنه أكثر رقة ويشبه زيت الكافور .

الاستخدام التجميلى :

يستخدم منقوع البذور فى تنظيف وتقوية الجلد ، ويفيد الشمر أيضاً فى علاج التهابات العين وذلك من خلال غلى ١٥سم^3 من الحبوب المجروشة فى ٦٠٠ سم^3 ماء لعدة دقائق ، ويعمل منه حمام للعين عدة مرات حيث يؤدى إلى اختفاء الالتهابات بسرعة .

فجل الخيل (الخردل الألمانى) Horseradish

يتبع هذا النبات عائلة Cruciferae ، ويسمى علميا باسم Cohlearia armoracia، ويعرف الآن باسم Armoracai rusticana ، يستوطن هذا النبات شمال شرق أوربا ويناسبه الجو البارد ، ويصل ارتفاعه إلى ٦٠ - ٩٠سم وله ساق قائمة وهو عشب معمر ذو أزهار صغيرة ذات رائحة عطرية ، والثمار عادة ما تكون غير مخصبة لا تصلح للزراعة ويتكاثر النبات بقطع الجذور .

الزيت العطرى :

يتم الحصول على الزيت العطرى بالتقطير البخارى للجذور الغنية بالزيت ، وهو زيت أصفر باهت اللون سائل نوعاً ، ورائحته تذكرنا برائحة زيت بذور الخردل ، وتحتوى الطبقة الخارجية من الجذور على مواد حريفة ، وتتبدد هذه المواد بسرعة عندما يتم بشر الجذر ، ولا توجد هذه المواد فى حالة طبخ هذه الجذور .

الاستخدام التجميلى :

يعتبر زيت فجل الخيل من أكثر المواد أهمية فى علاج مشكلات الشعر خاصة فروة الرأس ، حيث يعمل على تنشيط خلايا الشعر، وهو علاج ممتاز فى حالات

سقوط الشعر ، ويتكون الزيت المستخدم من ١٠ سم٣ زيت فول الصويا مع ٤٠ سم٣ زيت بذور العنب ونقطتين من زيت جنين القمح و ٣٠ نقطة من زيت فجل الخيل، تدلك فروة الرأس بهذا الخليط باستخدام الأصابع ويترك على الرأس عدة ساعات ثم يغسل بالشامبو .

الياسمين Jasmine

ينتمى الياسمين إلى عائلة Oleaceae ، ويسمى علميا Jasminum officinale، والياسمين جنس يوجد منه أكثر من ٣٠٠ نوع ، منها أنواع قوية وأخرى ضعيفة وهو إما متساقط الأوراق أو دائم الخضرة ومنه أنواع شجيرية وأخرى متسلقة ، وأغلب أزهاره تطلق عبيرا جميل الرائحة ، الأوراق ريشية والأزهار عادة بيضاء أنبوبية تظهر فى صورة عناقيد أو مجموعات ، والياسمين أحد أكثر النباتات أهمية فى صناعة العطور .

الزيت العطرى :

منذ قديم الأزل وهذا النبات يستخدم فى ثلاث صور مختلفة ، صورة الزيت العطرى Essential oil وصورة الزيت المطلق Absolute وصورة الزيت المركز Con-crete ، وتختلف طريقة استخلاص الزيت باختلاف صورته ، ويعتبر الزيت العطرى Essential هو أغلى أنواعه حيث يعطى محصول الأزهار قدراً قليلاً من الزيت الذى يستخلص بطريقة التقطير البخارى .

الاستخدام التجميلى :

يشيع فى إندونسيا والهند والصين تقليد بين النساء ، حيث يقمن بوضع أزهار الياسمين حديثة القطف فوق شعرهن وتزيت الشعر بزيت الياسمين ، ويترك لمدة ليلة، أو يوم كامل منقوعاً فى الماء لاستخلاص عطر الأزهار ويستخدم المنقوع فى غسيل الشعر فتنبعث منه باستمرار رائحة عطر الياسمين .

العرعر Juniper

ينتمى العرعر إلى عائلة Cupressaceae ، ويسمى علمياً باسم Juniperus com-munis ويوجد منه حوالى ٦٠ نوعا ، لكن نوعاً واحداً (النوع الحالى) هو الذى يزرع للاستخدام الطبى وللأكل ، وهو نبات دائم الخضرة فى صورة أشجار أو شجيرات يصل طولها إلى عشرة أمتار ، الأوراق صنوبرية والأزهار صفراء تنبت عند

قاعدة الأوراق ويكوّن النبات ثمارا عنبية خضراء فى طور النمو وسمراء زرقاء بعد النضج ولها رائحة خاصة .

الزيت العطرى :

يستخرج الزيت العطرى بالتقطير من الثمار العنبية السوداء الطازجة ، حيث إنها تحتوى على قدر كبير من الزيوت العطرية ذات نكهة رائعة ، وهو زيت شفاف سائل عديم اللون يكتسب أحياناً مسحة صفراء مخضرة ، رائحته تشبه رائحة الصنوبر لكنه حريف Peppery جداً وله طعم مر أحياناً .

الاستخدام التجميلى :

يوضع نقطتان من زيت العرعر فى كوب مملوء من الماء الدافئ ويدلك بها الوجه ذو الجلد الدهنى .

اللافندر Lavender

يتبع هذا النبات عائلة Labiatae ، ويسمى علميا Lavandula augustifolia وهو نبات شجيرى دائم الخضرة يوجد فى جنوب أوربا خاصة فى منطقة حوض البحر المتوسط ويزرع فى مناطق عديدة من العالم، ويصل طول النبات إلى حوالى متر وقد يصبح النبات متخشبا ومنتشر النمو بتقدم العمر ، الأوراق ضيقة رمادية زغبية ، الأزهار رمادية مزرقة تظهر على ساحة أسطوانية طويلة ، الغدد الزيتية عليها شعيرات نجمية الشكل صغيرة تغطى الأزهار والسيقان أيضاً ، وإذا فركت زهرة أو ورقة بين أصابع اليد فسوف يتحرر منها بعض الزيت العطرى .

الزيت العطرى :

يتم الحصول على الزيت العطرى بالتقطير البخارى للأزهار ، ويمكن الحصول على ٥٠٠ – ٦٠٠ جرام من الزيت العطرى من كل ١٠٠ كيلوجرام أزهار . ويختلف لون الزيت من الأصفر الداكن ، إلى الأصفر المخضر الداكن وله رائحة عطرية قوية ، وتعتمد جودة الزيت وتركيزه على المناخ السائد ونوعية التربة ومدى ارتفاعها عن سطح البحر .

ويمكن الحصول على الزيت أيضاً من السيقان إلا أن رائحته تكون أقل قوة من ذلك الزيت الناتج من الأزهار .

الاستخدام التجميلى :

لا تقتصر قدرة زيت اللافندر على العلاج السريع للحروق ولكنه أيضاً يفيد فى علاج : الكدمات ، الصقيع ، حب الشباب ، التهابات الجلد ، الأورام ، أضيفى ثلاث نقط من زيت اللافندر إلى ١٠ سم٣ من زيت فول الصويا واستخدميه .

ويستخدم الزيت فى عمل تدليك للوجه المصاب بحب الشباب ، كما يفيد وضع عدة نقط من الزيت على الماء الدافئ فى علاج الالتهابات الجلدية ، ويفيد أيضاً غسيل الجلد الزيتى بحمام الزيت الدافئ ، ويفيد أيضاً الشعر الدهنى، خاصة الشعر الأسود باعتباره غسولا .

الليمون Lemon

ينتمى الليمون إلى عائلة Rutaceae، ويسمى علميا Citrus limon ، والليمون شجرة صغيرة نسبياً فى عائلة الموالح يصل ارتفاعها إلى خمسة أمتار، توجد فى آسيا بصفة عامة ، وتزرع الآن فى المناطق الحارة والمعتدلة حول حوض البحر المتوسط ، وفى كاليفورنيا بأمريكا ، والليمون من أقل أشجار الموالح قوة ، ويمكن للشجرة الواحدة إنتاج ١٥٠٠ ثمرة ليمون فى العام الواحد ، وتحتوى أزهار الليمون البيضاء على الزيت العطرى شديد الرائحة .

الزيت العطرى :

كما هو الحال فى البرجموت Bergamot يتم الحصول على الزيت العطرى من قشور الثمار الزيتية من خلال عصرها وامتصاص الزيت باستخدام الإسفنج، ثم يعصر الإسفنج لاستخراج الزيت منه ، وجدير بالذكر أن الطرق القديمة فى استخلاص الزيت تعطى زيتا عالى الجودة أكثر من الطرق الحديثة ، وزيت الليمون أصفر باهت، وأحياناً أخضر له رائحة جميلة .

الاستخدام التجميلى :

يستخدم عصير الليمون فى كثير من مستحضرات التجميل ، حيث يفيد عصير الليمون النقى فى إزالة الصبغات ، خاصة فى الجلد الدهنى . وهو غسول جيد للشعر المجعد ، كما يفيد فى معالجة مرض الصدفية Psoriasis وقشر الرأس وكذلك فى معالجة خشونة جلد المرفق وذلك بدعك المرفق بنصف ليمونة .

والليمون فعال فى تجديد شباب الجسم ، اخلطى بعضاً من عصير الليمون النقى

مع بعض الماء المقطر أو الماء المعدنى ودلكى برفق المناطق المجعدة من الجلد خاصة حول الفم والعين .

وهو مفيد أيضاً للجلد خلال فترة الحمل وذلك بالتدليك الخفيف للثدى وحول الحلمات فى صورة دوائر .

قناع الليمون :

اخفقى بياض بيضة مع عصير نصف ليمونة وغطى الوجه والرقبة بهذا الخليط واتركيه لمدة عشر دقائق ثم أزيليه باستخدام ماء معدنى .

الليمون للعناية بالأيدى :

يفيد عصير الليمون النقى فى حماية الأيدى وتنظيفها ، فبعد قيامك بإعداد الخضراوات أو عندما تصبغ الأيدى من البنجر مثلاً أو تكتسب الأيدى رائحة غير مستحبة مثل البصل أو الثوم ، عليك دعك يديك جيداً بنصف ليمونة ثم شطفها بماء بارد ، وبعد ذلك ادعكيها ببضع قطرات من زيت اللوز ، وأنا أضمن لك أن يديك سوف تصبح شديدة النظافة وتظل جيدة المظهر ، كما أن الأظافر سوف تظل بيضاء وفى صحة جيدة ، وهذه الطريقة أفضل من استخدام الكريمات غالية الثمن ، وكما أن عصير الليمون له فعل قاتل للبكتيريا ، لذلك فهو من اللوازم المهمة فى المطبخ أثناء إعداد الطعام .

النعناع Mint

ينتمى النعناع إلى عائلة Labiatae ، ويسمى علميا Mentha piperita منه العديد من الأصناف تصل إلى عشرين صنفاً ، موطنه منطقة البحر الأبيض المتوسط وغرب آسيا ، ولكنه الآن يزرع فى مختلف أنحاء العالم فى المناطق المعتدلة المناخ، ويحتوى النعناع على الماء ويدخل فى صناعة ماء الكولونيا وصناعة الأدوية .

للنبات ساق مربعة وأوراق زوجية وأزهار صغيرة تظهر فى الصيف ذات لون أبيض أو أرجوانى ، وتحتوى الأوراق والسيقان الزغبية على غدد زيتية ، والنعناع يتكاثر بالبذور وبالسيقان الزاحفة ، ويدخل النعناع فى صناعة العطور .

الزيت العطرى :

تقطف الأوراق والأزهار قبل مرحلة النضج التام حيث يكون محتواها من الزيت العطرى عاليا ، ويستخلص الزيت بالتقطير البخارى ، وهو زيت عديم اللون أو مائل

للاصفرار ، له رائحة طازجة مقبولة وهو زيت شديد السيولة لكنه يصبح سميك القوام وداكن اللون إذا ترك مخزناً .

الاستخدام التجميلى :

لزيت النعناع العديد من الخواص العلاجية والتجميلية يستخدم كمادة مسكنة للجهاز العصبى ويستخدم الـ Menthol فى العديد من المركبات الدوائية.

وزيت النعناع منظف جيد للدم إذ أنه مضاد للبكتيريا ، كما يفيد شاى النعناع فى علاج حب الشباب Acne والبقع Spots وهو جيد جداً فى حالات الشعور بالغثيان Nauseous حيث يضاف ملء ملعقتين من أوراق النعناع المبشورة أو الأوراق الجافة إلى ٦٠٠ سم^{٣} (١ بنث) ماء مغلى وتترك الأوراق منقوعة فى الماء السابق غليه لمدة خمس دقائق ويمكن إضافة العسل .

ولعلاج الكدمات والأورام يخلط ٢٠سم^{٣} (٤ ملاعق) من زيت فول الصويا مع ١٥ نقطة من زيت النعناع وتستخدم فى الحال ويكرر دهان المواضع المصابة عدة مرات كل عدة ساعات .

وفى حالات تورم اللثة وقرحة الفم يخلط خمس نقط من زيت النعناع مع ٣٠٠سم٣ ($\frac{١}{٢}$ بنث) من الماء المغلى ويغرغر به الفم عدة مرات يومياً حتى زوال المرض على أن يترك السائل فى الفم أطول مدة ممكنة .

حب الآس Myrtle

ينتمى حب الآس إلى عائلة Myrtaceae ، ويسمى علميا Myrtus communis وهو شجيرة دائمة الخضرة ذات رائحة عطرية ، موطنه إفريقيا ويزرع فى منطقة البحر الأبيض المتوسط وقد دخل بريطانيا عام ١٥٩٧ ولكنه يزهر فقط فى الجنوب أو فى البيوت الزجاجية ، وللنبات أوراق خضراء داكنة لامعة صغيرة ولكنها مملوءة بالحويصلات المحتوية على الزيت العطرى .

الأزهار عطرية الرائحة ، بيضاء اللون تتحول فيما بعد إلى ثمار عنبية أرجوانية داكنة .

الزيت العطرى :

تجرى عملية تقطير الزيت العطرى للأوراق الطازجة فقط ، حيث تحتوى على زيت سائل أصفر رائق أو أصفر مخضر ، له رائحة الكافور والفلفل الأخضر وتشبه أيضاً رائحة إكليل الغار .

الاستخدام التجميلى :

لأن الأوراق تحتوى على العاقول Astringent القابضة فقد استخدمت منذ القرن السادس عشر فى تنظيف الجلد ، ويصنع منها ماء عطرى يسمى" Eau d'anges".

ويعتبر حب الآس فعالا جداً فى حالات الإصابة بحب الشباب وذلك بخلط ١٠ سم^{٣} (ملعقتين) من زيت بذر العنب ونقطة واحدة من زيت جنين القمح وسبع نقط من زيت حب الآس تدهن به الحبوب عدة مرات يومياً حتى الشفاء.

ويجب غسل الوجه قبل وبعد استخدام الزيت باستخدام غسول مكون من ٥٠سم^{٣} (٢ أونس سوائل) ماء ورد مع خمس نقط من زيت حب الآس ، ويعمل هذا المخلوط على إحداث فعل انقباضى للجلد الدهنى المصاب بحب الشباب .

النارنج Neroli

ينتمى هنذا النبات إلى عائلة Rutaceae ، ويسمى علميا Citrus aurantium bigaradia يستخلص منه زيت عطرى من الأزهار العطرية ، ويوجد هذا النبات فى منطقة البحر المتوسط والمناطق تحت الاستوائية .

وتعد شجيرات النارنج أكبر أنواع الموالح طولاً وأضخمها حجماً ، ذات فروع كثيرة ، عليها أشواك طويلة حادة ، الأوراق عريضة رمحية ذات قمة مدببة ورفيعة وأجنحتها عريضة وسطحها كبير وعنقها طويلة وتصل الأوراق إلى ٤ - ٧ سم وعرضها ٣ - ٤سم ، لونها أخضر داكن ، الأزهار كبيرة الحجم ، لونها أبيض أو أبيض محمر .

الزيت العطرى :

يتم الحصول على الزيت العطرى بالتقطير البخارى للأزهار ، وللزيت الطازج لون مائل للاصفرار يتحول إلى البنى المحمر عند تعرضه للضوء ، كما يؤدى الهواء إلى جعل صفاته غير صالحة للعلاج الطبى ، وللزيت رائحة جميلة جداً تشبه رائحة البرتقال .

ويصنع من الأزهار أو إذابة الزيت فى الماء ما يطلق عليه اسم ماء زهر النارنج الذى يدخل فى الصناعات الدوائية وعمليات الطبخ .

الاستخدام التجميلى :

يفيد زيت النارنج فى حالات الإصابة بحب الشباب وذلك بخلط كميات متساوية

من زيت النارنج مع زيوت أخرى ، مثل اللافندر ، النفل ، العرعر، وبإضافة ثلاث نقط من هذا المخلوط إلى ملء براد من الماء الساخن ، وتغطى الرأس بفوطة ثم يقرب الوجه من وعاء الماء الساخن حيث يتصاعد البخار حاملاً الزيت العطرى ليتشبع به الجلد .

المقدونس Parsley

ينتمى هذا النبات إلى عائلة Umbelliferae ، ويسمى علميا Petroselinum sativum وهو نبات عشبى معمر كثير التفرع يبلغ ارتفاعه ٦٠ سم ، ذو جذر لفتى والساق أسطوانية تحمل أوراقاً مفصصة ولون النبات أخضر زاهى والنورات لونها أخضر، وتوجد منه أصناف عديدة وتحتوى الثمار على زيت طيار .

الزيت العطرى :

يستخرج الزيت العطرى من البذور والجذور والأوراق ، وتحتوى البذور على العديد من الزيوت العطرية مقارنة بالأوراق والجذور ، فى حين أن الزيت المستخرج من النبات كاملاً يعد أكثر قيمة ، وزيت المقدونس عديم اللون أو مائل للاصفرار ، رائحته أكثر مرارة من رائحة النبات الطازج .

الاستخدام التجميلى :

المقدونس نبات مفيد جداً فى حالات الشعيرات الدموية الضعيفة وذلك بغلى ثلاث أغصان من المقدونس الطازج فى ٦٠٠ سم^{3} (١ بنث) ماء لمدة دقيقتين ويترك بعد ذلك منقوعاً لمدة خمس دقائق مع إضافة نقطة من زيت الورد ونقطة من زيت الأقحوان Calendula ويترك المخلوط ليبرد .

ضعى عدة نقط من المخلوط على قطعة من الشاش أو القطن الطبى وتترك على الوجه عدة دقائق .

ولعلاج الكدمات Bruises اخلطى معاً ١٠سم^{3} من زيت فول الصويا مع ٥سم^{3} من زيت جنين القمح ونقطة واحدة من زيت المقدونس ونقطة من زيت البابونج وتدلك الكدمات بهذا الخليط برفق .

بلماروزا Palmarosa

تنتمى الـ Palmarosa إلى عائلة Gramineae التى تشمل حشائش استوائية غنية بالمركبات العطرية ، ويسمى علميا **Cymbopogon martini** وهو نبات غنى بالزيوت الطيارة كان اسم جنسه فيما مضى **Andropogon** وينتمى هذا النبات إلى

حشيشة الليمون Lemongrass والسترونيلا Citronella ، ويستوطن وسط وشمال الهند ، ويزرع الآن فى إفريقيا ومدغشقر وهو حشيشة إسطوانية تحمل نورات بيضاء مزرقة تتحول عند النضج إلى أحمر داكن .

الزيت العطرى :

يعـرف هذا الزيت الآن باسم Indian geranium أو باسم Turkish geranium ويستخرج بالتقطير البخارى لأوراق وأزهار النبات .

الاستخدام التجميلى :

نبات الـ Palmarosa علاج رائع لأمراض الجلد مثل حب الشباب لاحتوائه على مواد مانعة للعفونة Antiseptic وذلك بخلط ٥ سم^{٣} (ملعقة) من زيت اللوز أو زيت عباد الشمس مع قطرات قليلة من زيت جنين القمح وثلاث نقط من زيت Palmarosa ويدلك الجلد بهذا الخليط مرتين يومياً ، وأيضاً لعلاج التجاعيد Wrin-kles خاصة تلك الحادثة من التعرض لضوء الشمس فترة طويلة.

ويستخدم زيت Palmarosa النقى لعلاج الحبوب والبثور بدهانها باستخدام قطعة من القطن الطبى صباحاً ومساءً .

الورد Rose

ينتمى الورد إلى عائلة Rosaceae ويسمى علميا Rosa spp ، موطنه المناطق الشرقية من العالم لكنه يزرع حالياً فى أغلب بقاع العالم خاصة فى المناطق معتدلة المناخ وهناك أكثر من ٢٥٠ نوعًا مختلفًا من الورد تشمل الورد البرى ، فى حين أن هناك آلافا من الأصناف المختلفة والتى تزيد يوماً بعد يوم .

الزيت العطرى :

يوجد الزيت العطرى فى بتلات الأزهار بصفة أساسية كما تحتوى السيقان على كميات قليلة جداً ، ويستخلص الزيت بالتقطير البخارى ، وهو ذو لون أخضر مائل للاصفرار وله رائحة عطرية قوية جداً .

الاستخدام التجميلى :

يستخدم الورد فى صناعة العطور وماء الورد منذ قديم الأزل ، ومازال لزيت الورد أهمية كبيرة فى مجال صناعة العطور وصناعة الكريم البارد .

ويفيد زيت الورد فى علاج التجاعيد وضعف الشعيرات والإكزيما العصبية وذلك بخلط ١٠ سم^{٣} من زيت اللوز مع نقطتين من زيت الورد ، تحفظ الزجاجة المحتوية على الخليط فى الظلام ، ويدهن به الجلد ثلاث مرات فى اليوم.

ويستخدم ماء الورد فى غسيل الوجه والعنق لتقوية الجلد وأيضاً يستعمل للغرغرة ٢-٣ مرات يومياً للحفاظ على صحة الفم .

إكليل الجبل) حصالبان Rosemary

يتبع هذا النبات عائلة Labiatae ، ويسمى علمياً Rosmarinus officinals وكلمة Rosmarinus تعنى «ندى البحر» ، وهو جنس به ثلاثة أنواع كلها شجيرات مزهرة دائمة الخضرة صلبة أو نصف صلبة ، وترجع نشأة النبات إلى منطقة البحر الأبيض المتوسط ، ولكنه يزرع الآن فى العديد من الأقاليم الدافئة مثل أسبانيا وتونس، ويتعرض النبات للموت إذا تعرض للرياح الباردة والصقيع فى إنجلترا .

أوراق النبات رفيعة تشبه أوراق اللافندر ، داكنة عند القمة ، باهتة من أسفل، الأزهار زرقاء باهتة ، ولكل من الأوراق والأزهار رائحة عطرية قوية جداً ، وينمو النبات حتى ارتفاع ١٨٠ سم (٦ أقدام) .

الزيت العطرى :

يجرى تقطير القمم الزهرية للنبات لإنتاج أفضل أنواع الزيوت بالإضافة إلى إمكانية الحصول على الزيت من السيقان والأوراق قبل إزهار النبات ، والزيت فى الأساس عديم اللون ولكنه يتحول فيما بعد إلى اللون الأخضر المصفر الباهت وتشبه رائحة الزيت رائحة الكافور وتظهر عند فرك الأوراق بين الأصابع .

الاستخدام التجميلى :

يلعب إكليل الجبل دوراً كبيراً فى صناعة ماء الكولونيا وماء التواليت فهو أحد أول العطور المعروفة ، وقد أطلق عليه اسم ماء هنغاريا Hungary لأنه جعل ملكة هنغارية فى أجمل حال وأتم صحة حتى بلغت من العمر ٧٢ عاماً الزمر الذى ورط ملك بولناد فيها !!

وكان إكليل الجبل هوالمكون الأول فى صناعة لسيون الجلد الذى كان يباع فى بريطانيا بشكل تجارى فى القرن السابع عشر باعتباره منشط جيد للجلد ، وتضاف قطرات من زيت إكليل الجبل إلى مياه الحمام للمساعدة فى حكة الجلد Ichy

skins وذلك بمقدار عشرة نقط لكل حمام ماء ، وإضافة قطرات من الزيت إلى حوض غسيل الأعضاء التناسلية عند السيدات (البيديه) يلعب دوراً مهماً باعتباره مطهر طبيعي للالتهابات المتوسطة .

ويعتبر إكليل الجبل من أفضل ما عرف باعتباره ذو تأثير جيد فى معالجة وتقوية الشعر خاصة الشعر الداكن ، حيث يعمل على حفظ لونه فى حالة جيدة، ويمكنك إضافة قطرات قليلة من الزيت إلى الشامبو ويشطف به الشعر (ويمكن استعمال العشب الطازج للشطف النهائى) ، ويساعد غسول شامبو إكليل الجبل فى معالجة مشكلات الشعر مثل قشرة الرأس Dandruff وداء الثعلب Alopecia .

زيت شعر إكليل الجبل :

يعتبر هذا الزيت جيدا لمعالجة مشكلات الشعر الدهنى وحكة فروة الرأس Itehyscalp ويمكن استخدام التركيبة التالية :

زيت فول صويا	٨٠ ملليلترا	Soya Oil
زيت جنين القمح	٢,٥	Wheatgerm Oil
زيت حصالبان	١٠	Rosemary Oil
زيت خشب السيدر	٥	Cedarwood Oil

تخلط المكونات السابقة معاً مع الرج الجيد وتترك المكونات المخلوطة عدة أيام قبل الاستعمال ، وعند الاستعمال يوضع قليل من المخلوط على فروة الرأس وتترك عدة ساعات قبل استعمال الشامبو ، وتدلك فروة الرأس بالزيت بلطف عدة دقائق ثم يغطى الشعر بفوطة دافئة للمساعدة على امتصاص فروة الرأس للزيت ثم يغسل بالشامبو .

المريمية Sage/clary sage

نبات عشبى يتبع عائلة Labiatae ويسمى علمياً Salvia officinalis ويشمل جنس Salvia على ٤٤٨ نوعًا ممثلة فى شجيرات قصيرة دائمة الخضرة موطنها جنوب أوربا ، أوراقها خضراء رمادية بيضية الشكل ، الأزهار أنبوبية وكلاً من نوعى المريمية يحمل أزهاراً زرقاء بنفسجية تظهر فى يونية ويوليو ، ويصل نمو المريمية Sageإلى ٦٠ سم أما نوع المريمية الآخر Clary sage قد يصل لارتفاع ٩٠سم.

الزيت العطرى :

يستخرج زيت المريمية بالتقطير البخارى للأوراق وهو أخضر مائل للاصفرار الباهت له رائحة عطرية قوية تشبه أحياناً رائحة الكافور ، وأفضل أنواع زيت المريمية هو ذلك المستخرج من الأجزاء الخضراء للنباتات خاصة القمم الزهرية.

الاستخدام التجميلى :

يستخدم زيت المريمية المسماة Clary sage فى صناعة العطور كمادة مثبتة ، كما أنه يضاف عامة إلى التركيبات الزهرية ، والمريمية مشهورة لتأثيرها الجيد على الشعر والفم ، وتستعمل أوراق المريمية Sage منذ عدة قرون عند العرب كمادة منظفة ومطهرة للأسنان وذلك بفرك الأوراق فوق الأسنان لتلميعها وتعطيرها ، ويمكن أيضاً فرك الأوراق مع قليل من الملح لمعالجة اصفرار الأسنان. وتستخدم المريمية أيضاً كغسول للفم وغرغرة فى حالة التهاب الزور وقرحة اللثة .

مكيف قبل الشامبو :

أوراق المريمية مقوية وجيدة للشعر وتجعل لونه داكناً وتفيد أساساً الشعر الرفيع الرمادى اللون ، والتركيبة التالية تعتبر مكيف قبل استعمال الشامبو :

زيت بذر عنب	٣٠ ملليلتر	Grapessed Oil
زيت جنين القمح	٣ نقط	Wheatgerm Oil
زيت المريمية الشائعة	٨ نقط	Clary sage essential Oil

تخلط المكونات السابقة معاً وتخزن فى زجاجة داكنة اللون ، وعند الاستعمال يفرك قليل من التركيبة السابقة فى فروة الرأس وجذور الشعر بشكل سريع لعدة دقائق ثم يلف الشعر فى منشفة وتترك المنشفة (فوطة) عليه لساعة أو أكثر ثم يغسل بالشامبو ، وقد تحتاج إلى غسل الشعر بالشامبو مرتين حتى تتمكن من إزالة آثار الزيت ، وهو مفيد على وجه الخصوص فى حالات تشقق أطراف الشعر .

ويعتبر المستخلص المغلى مفيد جداً ، ويصنع ذلك المستخلص بغلى حفنة كبيرة من الأوراق فى ٦٠٠ ملليلتر ماء لمدة ٤ - ٥ دقائق ، ثم يرفع من فوق النار ويغطى ويترك لمدة نصف ساعة حتى يبرد وبعدها يمكن حفظه فى الثلاجة لمدة ثلاثة أيام ، وعند الاستعمال تفرك فروة الرأس لأصحاب الشعر الرمادى يومياً على أن تتشبع الشعيرات وجذور الشعر ويترك حتى يجف ، ويمكن استعماله كمكيف للشعر وذلك بغسل الشعر بعد استعمال الشامبو .

الصندل Sandalwood

يتبع هذا النبات عائلة Santabaceae ويسمى علمياً باسم Santalum album ، ونبات خشب الصندل الحقيقى نبات مستديم الخضرة من الأشجار نصف الطفيلية التى تستوطن أسيا الجنوبية ، وينمو بصورة جيدة خاصة فى المرتفعات الهندية الجنوبية ويصل لارتفاع من ٦ - ٢٤ متر ، ويصل ارتفاع الأشجار المتوسط عند مرحلة النضج إلى ١٢ - ١٥ متر ويكون عمرها فى هذه المرحلة حوالى ٤٠ - ٥٠ عام ، وفى هذا العمر يكون خشب القلب الموجود فى مركز الجذع الإسطوانى قد وصل إلى أعظم محيط له واحتوى على أعلى نسبة من الزيت ، ويتركز الزيت العطرى فى منطقة خشب القلب والجذور فى حين أن لحاء الشجرة يكون خاليًا من الزيت العطرى .

الزيت العطرى :

بعد تقطير الزيت العطرى مباشرة يجب حفظه داخل معمل التقطير لمدة ستة شهور حتى يتم نضج الزيت والعطر بصورة جيدة ، ويبدو الزيت أصفر باهت جداً إلى أصفر مائل للبنى ، وهو زيت كثيف لزج ، حلو ، له رائحة الأخشاب والثمار .

الاستخدام التجميلى :

يعتبر خشب الصندل الهندى الشرقى مهم جداً كمكون تجميلى ولا يوجد عطر شرقى خالى من زيته العطرى ، وللزيت العطرى رائحة قوية ثابتة ، حلوة ، تجعل منه مثبت ممتاز للعطور ، ويستعمل حوالى ٩٠٪ من زيت خشب الصندل فى صناعة العطور ومستحضرات التجميل والصابون .

الزعتر Thyme

يتبع الزعتر عائلة Labiatae ويسمى علمياً باسم Thymus spp ويحتوى جنس الزعتر على ٣٠٠ نوع من النباتات العشبية المعمرة وتحت الشجيرات Sub - shrubs ، ويستوطن هذا النبات أوربا خاصة حول البحر الأبيض المتوسط ، وهو الآن منتشر فى جميع أنحاء العالم حتى أمريكا وأقصى الشمال فى أيسلندا، وبعض نباتات هذا الجنس مفترشة والأخرى قد يصل طولها إلى ٣٠ سم ، ومن أنواعه زعتر الحديقة Thyme vulgaris الذى يستعمل فى الطبخ أساساً وهو ذو أوراق صغيرة ضيقة ذات لون أخضر رمادى ، وعناقيد الأزهار بنفسجية اللون أنبوبية ، والأوراق عطرية فى كل

أنواع الزعتر وقد استعمل المصريون القدماء الزعتر منذ ٣٥٠٠ عام قبل الميلاد وسموه Tham حيث استعمل فى التحنيط ، وقد دخل استعمال الزعتر فى علاج العديد من الأمراض مثل الصرع ووصف بغليه فى الخل واستعماله فى علاج الصداع وأيضاً كمساعد للهضم .

الزيت العطرى :

يتم الحصول على الزيت العطرى من التقطير البخارى للأوراق وقمم الأزهار، وهو زيت كثيف دهنى له رائحة لطيفة تذكرك برائحة النبتة الطازجة ، ولون الزيت قد يكون أحمر أو أبيض معتمداً ذلك على نوع الزعتر المستعمل هل هو زعتر أبيض أم أحمر ، ولكننا نستطيع أن نبرهن على أن لون النبات غير مؤثر على لون الزيت ولكن ذلك راجع إلى نوعية الوعاء الموجود به الزيت ، ففى حالة استعمال حاوية معدنية تحدث عملية أكسدة للزيت تحوله إلى اللون الأحمر ، ولكن فى بعض البلاد المنتجة للزيت يستعملون حاويات من «الجزع» Onyx وهى غالية الثمن لكنها تحافظ على لون الزيت أبيض ، ولا يعرف تحديداً تأثير الأكسدة على فائدة الزيت العلاجية .

الاستخدام التجميلى :

لعلاج حب الشباب Acne يستخدم مغلى الأغصان الطازجة أو المجففة وذلك بغلى مقدار من العشب فى الماء لمدة دقيقتين ثم تترك لتبرد لمدة خمسة دقائق ، يضاف إلى المغلى السابق عصير نصف ليمونة ويشطف به الرأس عدة مرات يومياً .

ويمكن أيضاً استعمال زيت الزعتر قبل استعمال الشامبو للقضاء على قشر الرأس Dandruff وذلك باستخدام التركيبة التالية :

زيت بذر عنب	٣٠ ملليلتر	Grapessed Oil
زيت جنين القمح	٣ نقط	Wheatyerm Oil
زيت زعتر	٨ نقط	Thyme Oil

نبات رعى الحمام (الفربينا) Verbena

ينتمى هذا النبات لعائلة Verbeaceae ويسمى علمياً باسم Lippia citriodora والذى يطلق عليه الليمون أو فربينا برائحة الليمون ولا يجب الخلط بينه وبين نبات Vervein الذى يسمى علمياً باسم Verbena officinalis ، موطنه أمريكا الجنوبية فى تشيلى وبيرو ، وهو شجيرة زيتية معمرة متساقطة الأوراق يبلغ طولها حوالى ١,٥ متر،

ويقل طولها فى المناطق المعتدلة ، الأوراق شاحبة خضراء طويلة مستدقة ، الزهور إرجوانية أنبوبية وتنمو فى عناقيد طرفية ، ويشم من النبات رائحة الليمون ، ويوصف النبات لعلاج انتفاخ البطن ، الدوخة، الهستريا ، والمساعدة على الهضم .

الزيت العطرى :

يستخرج الزيت العطرى من الأوراق والفرعيات بالتقطير البخارى ، والزيت عبارة عن سائل أخضر مصفر له رائحة الليمون الطازج وهو حار ومر ومن الصعب إنتاجه بشكل صناعى.

الاستخدام التجميلى :

نظراً لامتلاك هذا النبات قوة تطهير عالية فقد أُوصى به لحالات حب الشباب الملتهب وذلك بخلط ٢٥ ملليلتر من زيت بذر العنب وقطرة واحدة من زيت جنين القمح و ٩ نقط من زيت نبات رعى الحمام ، ويستخدم هذا المخلوط كل ليلة بدهان الوجه بعد تنظيفه ، ولتجنب حدوث عدوى لا يجب أن يستعمل الآخرون الزيت الذى يستعمله المصاب بحب الشباب .

نجيل الهند Vetiver

يتبع هذا النبات عائلة Gramineae ويسمى علمياً Vetiveria zizanioides ويستخرج زيت الـ Vetiver من عشب النجيل الهندى الذى يزرع فى المناطق الإستوائية وتحت الإستوائية ، ونبات نجيل الهند يشبه تقريباً الأعشاب العطرية الأخرى مثل حشيشة الليمون Lemongrass وهو نبات قائم ذو أوراق ضيقة عديمة الرائحة إلا أن لجذور النبات رائحة قوية تشبه رائحة خشب الصندل أو البنفسج ، ويعرف نجيل الهند فى الهند باسم Khas - Khas أو khus - khus .

الزيت العطرى :

يجب أن يكون عمر النبات عامين قبل استخدام الجذور التى تجفف فى الشمس القوية ، وتكون الجذور المستخدمة رفيعة جداً حيث يستخرج الزيت باستعمال الكحول أو البنزين أو بالتقطير ، وتستخدم الطريقة الأخيرة فى حالة استخدام الزيت فى العلاج والتداوى ، والزيت ذو لون بنى داكن له رائحة ترابية، خشبية ، متبلة ، دافئة .

الاستخدام التجميلى :

الدور الرئيسى لنجيل الهند كان دائماً فى العطارة ، خاصة فى المشرق ، وقد

استعمل بداية فى صورة مادة مثبتة للعديد من مركبات ما بعد الحلاقة وماء الكولونيا وفى الصابون عالى الجودة كما تستعمل الجذور المطحونة فى الروائح الهندية .

يانج - يانج Ylang - Ylang

ينتمى هذا النبات إلى عائلة Anonaceae ويسمى علمياً باسم Cananga odorata وهو نوع من الأشجار التى يستخرج منها الزيت العطرى بالتقطير وقد عرفت هذه الشجرة باعتبارها أحد الأشجار العطرية التى نشأت فى الفلبين وانتشرت الآن فى مناطق آسيا الإستوائية ، وهى أشجار صغيرة عموماً يمكن أن تصل لارتفاع ٣٠ متر ذات جذع (نباح) ناعم به شقوق غير غائرة والفروع تقطر Weep مثل الصفصاف willow ، الأوراق بيضاوية لامعة كبيرة طولها حوالى ٢٠ سم ، السطح السفلى مشعر قليلاً ، الزهور تتشكل فى عناقيد إبطية خضراء فى البداية وبعد عشرين يوم تتحول للون الأصفر وهى عطرية جداً، وهذه الزهور تظهر بشكل ثابت لكنها تكون أكثر وفرة فى فصل الأمطار ، وتدخل الدرجات المنخفضة المستوى فى صناعة العطور الرخيصة والصابون ومستحضرات التجميل .

الزيت العطرى :

يستخرج الزيت العطرى بتقطير الزهور الطازجة ويجب أن تجرى هذه العملية بشكل سريع ، والزيت العطرى سائل ذو عبير رائع يشبه النرجس .

الاستخدام التجميلى :

يساعد زيت يانج - يانج فى حالات إسمرار لون الجلد "Tan" وذلك بخلط المكونات التالية فى زجاجة سعة ٦٠ ملليلتر ، ١٠ ملليلتر زيت جوز هند ، ٥ ملليلتر زيت جنين القمح ، ٤٥ ملليلتر زيت لوز ، ١٠ نقط من زيت يانج - يانج النقى ، يدلك الجلد بهذا الخليط ، ويلاحظ استخدام هذا المخلوط فى حالة الإصابة البسيطة مع تجنب التعرض لأشعة الشمس فى منتصف النهار .





الفصل الثانى

المركبات المستخدمة في تعطير مواد التجميل

يجب أن تتصف معطرات مواد التجميل بعدم إحداث تأثيرات ضارة على الجلد سواء كان ذلك ضرراً كيماوياً أو فيزيقياً ، ويمكن إضافة الزيت العطرى المطلوب فى مرحلة مبكرة من عملية التصنيع بحيث يمكن تعرض الزيت العطرى لمقدار محتمل من الحرارة دون حدوث أضرار تؤثر على فعالية الزيت .

وعادة ما يتم إضافة الزيوت العطرية إلى الكريمات أو الغسولات فى المرحلة الباردة من التصنيع . بحيث يظل التأثير الفعال للزيت العطرى سارياً ، وفى المنتجات الصلبة والنصف صلبة من صابون الحلاقة مثلاً يكون من المهم جداً توزيع الزيت العطرى داخل المنتج ، ويتم تحضير المقادير المستخدمة من الزيت العطرى فى صناعة مواد التجميل على أساس التكلفة وطبيعة العطر والتأثير المطلوب فى المنتج النهائى .

وفيما يلى بعض من مواد التجميل ومقدار الزيت العطرى المستخدم :

مقدار الزيت العطرى	المستحضر
٤٤٨-٦٧٢ جراما / ٥ لتر	برفان
١١٢-٢٢٤ جراما / ٥ لتر	كولونيا
١١٢-٤٤٨ جراما / ٥ لتر	حمام زيت
٢٢٤-٤٤٨ جراما	حمام ملح
١١٢-٢٢٤ جراما	كريمات
٨٤-١١٢ جراما	عطور
١١٢-٢٢٤ جراما	مساحيق
١١٢-٢٢٤ جراما	مساحيق وجه
٧-١٤ جراما	مستحضرات الشعر
٧-١٤ جراما /٥ لتر	شامبو

ويجب أن نضع فى الاعتبار أن الوسط الذى سوف تستخدم فيه هذه المركبات سوف يتأثر بما يتم الحصول عليه فى النهاية ، فمثلاً عند إدماج مركب معين فى زيت الشعر يمكن الكشف عن المواد المضافة له مثل البودرة أو الكحولات .

إن إضافة نوع من الروائح يعتمد على نوعية المنتج ، فمثلاً يضاف المعطر إلى بودرة الأطفال بنسبة ٠,٠٢٪ وفى الكريمات فى حدود ٠,١٥-٠,٦٪ وفى بودرة الوجه ٠,٥ - ٣٪ .

ومن المركبات التى قد تحدث تأثيرات معاكسة على الجلد :

benzyl benzoate -Menthol - Thymol - Cinnamtes - Hydroxy - Citronellal - benzylidene .. etc .

وتختلف الحاجة للمعطرات باختلاف مواد التجميل المختلفة ، فعندما يتوزع المعطر منطلقاً من بودرة ذات جزيئات دقيقة الحجم فإنه ينتشر فى مساحة كبيرة جداً ، لذلك يجب مراعاة قدرة المعطر على التبخير والأكسدة خاصة فى الأجواء المفتوحة ، ولذلك يجب الحذر ومراعاة الدقة عند اختيار المعطر .

تركيبات مختلفة تستخدم لتعطير البرينتين

المقدار المطلوب من الزيت العطرى للبرينتين ١/٤ أو نس لكل جالون زيت.

تركيبة (١)

زيت قرفة	٢سم٣	Cinnamon
زيت جرانيوم .	٥	Geranium oil
تربنيول .	٥	Terpeniol
لينالول (زيت خشب الورد) .	٨	Linalool
زيت برجموت .	١٢	Beryamot Oil .
	٣٢	

تركيبة (٢)

زيت بتشولاى	٢سم٣	Patchouli Oil .
زيت النجيل الهندى .	٢	Vetivert Oil .
إيثيل سيناميت .	٢	Ethyl Cinnamate .

زيت الصمغ الجاوى .	٢	Benzyl Oil .
زيت برجموت .	١٠	Bergamot Oil .
زيت ورد مخلق .	٦	Rose Synthetic .
زيت بلسم بيرو .	٨	Balsam Peru .
مسك	٨	Musk Ketone .
	٤٠	

تركيبة (٣)

زيت برجموت .	٤سم٣	Bergamot Oil .
أيونون ألفا .	٨	Ionone Alpha .
زيت ساسفراس .	٤	Heliotropin .
زيت النجيل الهندى	٢	Vetivert Oil .
	١٨	

تركيبة (٤)

جرانيول (زيت الأترج) .	١٦سم٣	Geraniol .
أسيتات البنزيل	٢	Benzyl Acetate.
زيت بتشولاى	٢	Patchouli Oil .
	٢٠	

تركيبات مختلفة لتعطير الشامبوهات

يجب أن تكون رائحة العطر جذابة داخل الزجاجة تاركة خلفها جواً مميزاً وجذاباً ورائحة عطرة بعد جفاف الشعر .

تركيبة (١)

مسك	٤سم٣	Musk Ambrette .
كومارين	١٠	Coumarin
زيت ساسفراس	٦	Heliotropin
	٢٠	

تركيبة (٢)

زيت لافندر .	٨سم٣	Lavender Oil .
أسيتات جرانيل .	٢	Geranyl acetate .
زيت حصالبان .	٦	Rosemary Oil .
مسك .	٤	Musk Xylene .
	٢٠	

تركيبة (٣)

زيت لافندر .	١٠سم٣	Lavender Oil .
زيت حصالبان .	٤	Rosemary Oil .
زيت جرانيوم .	٦	Geranium Oil .
	٢٠	

تركيبة (٤) .	عدد الأجزاء	
أيزويوجينول (زيت قرنفل) .	١٠ مل	Iso - Eugenol .
إميل سلسيليت .	٤٠ مل	Amyl Salicylate .
مسك	٥٠ جراما	Musk Xylene .

تركيبة (٥)	عدد الأجزاء	
زيت برجموت .	٥٠مل	Bergamot Oil .
مسك .	٥ جرام	Musk Ketone .
زيت لافندر	١٠ مل	Lavender Oil .

تركيبات مختلفة لتعطير كريمات الوجه

تركيبة (١)

زيت جرانيوم .	٢٠ ملليلترا	Geranium Oil .
زيت ورد .	١٠ ملليلتر	Otto Rose .
زيت برجموت .	١٥ ملليلتر	Bergamot Oil .
زيت نفل .	٣ ملليلتر	clove Oil .

زيت بتشولاى .	٢ ملليلتر	Patchouli Oil .
زيت صندل .	١٠ ملليلتر	Sandal Oil .
كحول .	٢ ملليلتر	Phenyl ethyl alcohol
زيت قرفه .	٥ ملليلتر	Cinnamon Oil .
تربينول .	٤ ملليلتر	Terpineol .

تركيبة (٢)

زيت ورد .	٢٠ ملليلترا	Otto Rose .
زيت جرانيوم .	٥ ملليلتر	Geranium Oil .
كحول .	٥ ملليلتر	Phenyl ethyl alcohol .
عطر الياسمين .	٢٠ ملليلتر	Jasmin Perfume .

تركيبة (٣)

أيونون .	١٠ ملليلتر	Ionone .
عطر الياسمين .	٥ ملليلتر	Jasmin Perfume .
زيت برتقال .	٥ ملليلتر	Neroli Oil .
رودينول (زيت جرانيوم)	٣٠ ملليلترا	Rhodinol .

تركيبة (٤)

كومارين	٢٠ ملليلترا	Cumarin
زيت صندل	٢٠ ملليلترا	Sandal Oil .
زيت نجيل الهند .	١٠ ملليلترا	Khus Oil .
ميثيل أيونون .	٦٠ ملليلترا	Methyl ionone .

تركيبة (٥)

زيت يانج يانج .	٢٠ ملليلترا	Ylang - ylang Oil .
كومارين .	٤٠ ملليلترا	Cumarin .
أيزوبيوتيل سلسيلات .	١٠ ملليلتر	isobutyl salicylate .
زيت خشب الورد .	٢٠ ملليلترا	Linalool
أصطرك	١ ملليلتر	Styrax .

تركيبات مختلفة لتعطير كريمات الوجه

تركيبة (١)

كاولين	٣٠٠ سم٣	Osmo - Kaolin .
نشا أرز .	٢٠٠	Rice starch .
أكسيد زنك .	٢٠٠	Zinc oxid .
بودرة تلك .	٢٥٠	Talcum .
مغنسيوم ستريت .	٥٠	Magnesium stearate .
ميثيل أيونون .	١٠	Methtyl Ionone .
زيت قرنفل .	١٠	Carnation .
كهرمان سائل	١٠	Amber liquid .

تركيبة (٢)

إيثيل سيناميت .	١٠ سم٣	Ethyl cinnamate .
فينيل أسيتك الدهيد .	١٠	Phenyl Acetic Aldehyde .
زيت ساسفراس	١٠٠	Heliotropin .
كومارين	٥٠	coumarin .
بنزيل أسيتات .	١٥٠	Benzyl Acetate .
زيت نفل .	٢٠	Clove Oil .
زيت برجموت .	١٠٠	Bergamot Oil .
زيت بتشولاى .	٣٠	Patchouli Oil .
زيت زهر البرتقال .	٢٠	Orange Blossom Absolute
زيت ورد .	٤٠	Rose Otto .
مسك .	١٠٠	Musk Extract .
بلسم .	٧٠	Balsam .
بنزويك – راء	٣٠٠	Benzoic - R .
	١٠٠٠	

معطر مركز برائحة الورد

Geraneol Extra .	٤٠ سم^3	جرانيول إكسرا .
Geraneol Acetate .	٣٠	جرانيول أسيتات .
Citronellol .	٢٠	سترونيلول (زيت الأترج) .
Geranium Bourbon Oil .	٣٠	زيت جرانيوم .
Benzyl Acetate (50%) .	١٠	بنزيل أسيتات ـ ٥٠ ٪
Tincture of artificial Musk	٢٠	صبغة مسك مخلق .
	١٥٠	

معطر للبودرة باللافندر

Artificial lavender compound	١٠٠ سم^3	لافندر مخلق
Magnesium carbonate .	٧٠٠	كربونات مغنسيوم .
Orris Resinoid .	٥٠	راتنج السوس الفلورانى .
lavender Fixative .	١٠٠	مثبت للافندر .
Musk ambrette	٥٠	مسك .
	١٠٠	

معطر للبودرة برائحة الياسمين

Essence of artificial jasmine	١٠٠ سم^3	رائحة ياسمين مخلق
magnesium carbonate .	٧٠٠	كربونات مغنسيوم
jasmine Fixative .	١٠٠	مثبت للياسمين
Heliotropin .	٨٠	ساسفراس
musk Xylene	٢٠	مسك .
	١٠٠٠	

* مقدار الزيت العطرى المستخدم فى بودرة التلك هو ٤-٦ أونس لكل ١٠٠ باوند من البودرة .

معطرات لأحمر الشفاه

يتميز أحمر الشفاه بحاجته إلى معطر يمتد مفعوله لبعض الوقت ، والهدف من ذلك هو جعل أحمر الشفاه ذا مذاق جميل بدون إيحاء حقيقى بالنكهة المرغوبة ، وعامة يضاف المعطر لأحمر الشفاه بمعدل ١-٣٪ من الوزن المصنع لأحمر الشفاه .

تركيبة (١)

زيت جرانيوم خالٍ من التربينات	٢١٥ سم٣	Terpenless Geranium Oil
أسيتات البنزيل	١٨٠	Benzyl Acetate
رائحة الياسمين	٢١٥	Concrete Essence of jasmine
رائحة الورد	٧٥	concrete Essence of Rose
رائحة البرتقال	٧٥	Concrete Essence of Orange
راتنج برائحة الفانيليا .	٧٥	Resin aroma of vanilla .
كحول .	١٠٥	Phenyl ethyl Alcohol .
إيثيل فانيلين .	٦٠	Ethyl vanillin .
	١٠٠٠	

تركيبة (٢)

زيت جرانيوم .	٢٠٠ سم٣	Rhodinol .
زيت الأترج .	٣٠٠	Citronellol .
بنزيل سيناميت .	٣٠٠	Benzyl Cinnamate .
ميثيل أيونون .	٩٠	Methyl Ionone
ڤانيلين .	٥	vanillin .
بيتش لاكتون .	٥	Petch lactone .
بلسم بيرو	١٠٠	Peru Balsam .
	١٠٠٠	

معطرات لزيوت الشعر

في العادة يستخدم زيت الخروع ، زيت جوز الهند ، زيت اللوز ، كزيوت للشعر ، وهناك العديد من المعطرات التي يمكن استخدامها في تعطير زيوت الشعر ، وفي العادة تستخدم زيوت الأزهار العطرية مثل الياسمين ، اللافندر في تعطير زيوت الشعر وذلك بمعدل ١-٢٪ من وزن الزيت أو ١/٤ - ١/٢ أونس لكل جالون .

معطر برائحة الورد

رودينول (جرانيوم) .	٥٠٠سم٣	Rhodinol .
سترونيلول (زيت الأترج) .	٢٠٠	Citronellol .
لينالول (زيت خشب الورد) .	١٥٠	Linalool .
جرنيل فورمات .	٣٠	Geranyl Formate .
زيت بتشولاي .	٢٠	Patchouli Oil
كحول إيثيل فينيل .	١٠٠	Phenyl ethyl Alcohol .
	١٠٠٠	

معطر برائحة الياسمين

بنزيل أسيتات	٤٠٠سم٣	Benzyl Acetate .
إميل سيناملدهيد .	١٥٠	Amyl Cinnamaldehyde .
تربينول .	١٥٠	Terpeneol .
زيت خشب السدد .	١٥٠	Cedar Wood .
أصطرك .	١٠٠	Styrax (50%) .
مسك	٥٠	Musk Xylene .
	١٠٠٠	

معطر برائحة القرنفل

زيت خروع .	٨٠٠سم٣	Castor Oil .
زيت لوز .	٢٠٠	Almond Oil .

أيزو يوجينول .	٥	Iso - Eugenol .
تربينول .	٤	Terpeneol .
إميل سليسلات .	١	Amyl Salicylate .
	١٠١٠	

معطر برائحة البنفسج

	مليلتر	
ألفا أيونون .	٥	Alpha Ionone .
زيت يانغ .	٢	Ylang - Ylang Oil .
زيت برجموت .	١	Bergamot Oil .
ياسمين مخلق .	١	Jasmin Synthetic .
زيت ساسفراس .	١	Heliotropin
	١٠	

معطر لزيت الأملا

زيت برجموت	٣ سم٣	Bergamot Oil .
زيت ليمون .	٦	Lemon Oil .
زيت حصالبان .	٤	Rosemary Oil
زيت البرتقال .	٣	Neroli Oil
زيت لافندر .	٤	Lavender Oil .
زيت زهر الجرانيوم .	٤	Rose Geranium Oil .
	٢٣	

معطر برائحة التوابل

	مليلتر	
زيت ليمون	٢٠	Lemon Oil .

Lavender Oil .	١٥	زيت لافندر
Geranium Oil .	٥	زيت جرانيوم
Rosemary Oil .	١٠	زيت حصالبان .
	٥٠	

معطر يابانى

Sandal Wood Oil .	١٥٠ سم٣	زيت خشب الصندل .
Patchouli Oil .	١٧٠	زيت بتشولاى
Verbena Oil .	١٦٠	زيت ڤربينا
Cedar Wood Oil .	١٦٠	زيت خشب السيدر .
Vetivert Oil .	٨٠	زيت النجيل الهندى .
Rose Oil .	٢٨٠	زيت الورد .
	١٠٠٠	

معطر برائحة الزهور

Extract of cassia .	٣٢ سم٣	مستخلص نبات الكاسيا .
Geranium Essence .	٦٤	رائحة الجرانيوم .
Tincture Civet .	٨	صبغة الزباد .
Extract of orange Flower	٣٢	مستخلص أزهار البرتقال .
Extract of Tuberose	١٢٨	مستخلص الزنبق .
	٢٦٤	

معطر برائحة اللافندر

	ملليلتر	
Sandal Oil	١٠	زيت صندل
Rose Geranium Oil .	١٠	زيت زهر الجرانيوم .
Bergamot Oil	١٠	زيت برجموت .
	٣٠	

معطر لزيت الخروع

	ملليلتر	
زيت برجموت	١٠	Bergamote
عطر الحناء .	١٠	Otto Henna .
زيت صندل	٢٠	Sandal Oil .
زيت برتقال .	٣٠	Orange Oil .
زيت ياسمين .	٢٠	Jasmine Oil .
لون زيت أحمر .	٢ جرام	Red Oil Colour
	٩٢	

غسول للشعر

يحتوى غسول الشعر على ٦٠ ٪ كحول ٠,٢٥ - ٠,٧٠ ٪ معطر .

تركيبة (١)

غسول للشعر	٢ سم^{٣}	Hair Lotion .
مقوى لفروة الرأس	٢	Quinnic Tonic .
صبغة كانثدرين	٨	Tincture Canthadrin .
ماء كولونيا .	٧٥٠	Eau de Cologne .
أيزوبيوتيل سليسلات .	٥	Iso Butyl Salicylate
جليسرين .	٥٠	Glycerin .
نكهة برتقال مائية .	١٨٥	orange Flower Water
	١٠٠٢	

تركيبة (٢)

غسول للشعر .	٢ سم^3	Hair Lotion .
كلوسترين	٥	Colstrin .
ليثيثين	١	Lechithin .
رابع كلوريد الكربون .	٣٠	Carbon Tetra - Chloride .
زيت لافندر .	٤	Lavender Oil
جليسرين .	٣٠	Glycerine .
كحول أيزوبروبيل .	٥٠	Iso - Propyl Al Cohol .
كحول ميثيل	٨٨٠	Spirit (Al cohol) .
	١٠٠٢	

معطرات المناديل الورقية

تذاب التركيبات التالية فى الكحول وتترك لمدة ١-٢ شهر حتى تعتق ثم تبرد وترشح وتوضع فى أوعية من الزجاج .

معطر برائحة المسك

زيت خشب الصندل	١٠٠ سم^3	Sandal Wood Oil .
بيتا أيونون .	٤٥	Beta Ionone .
أسيتات لزيت النجيل الهندى .	٥٥	Vetiveryl Acetate .
مسك كيتون .	٢٠٠	Musk Ketone .
مسك .	٢٠٠	Musk Amber .
بنزوات البنزيل .	٤٠٠	Benzyl Benzoate .
	١٠٠٠	

عطر الزنبق المخلق	٥٠ سم^3	Synthetic Lily Otto .
تربينول .	٤٠	Terpeneol .
لينالول (زيت خشب الورد) .	١٠	Linalool .
بلورات مسك مخلق .	٢	synthetic Musk Crystals .
	١٠٢	



الفصل الثالث

كريمات ـ لوسيونات ـ مساحيق ـ أحمر خدود ـ مسكرا

كريم تنظيف (١)

	جرام	
زيت لوز	٣٥	Almond oil .
شمع نحل	١٢	Bees wax .
لانولين	١٥	Lanolin
عنبرية	٨	Spermaceti .
ماء ورد شديد التركيز	٣٠	Strong rose water

كريم تنظيف (٢)

	جرام	
زيت لوز	٥٠	Almond Oil
شمع نحل .	١٢	Bees wax
عنبرية	١٢	spermaceti .
بوراكس	١	Borax
ماء ورد شديد التركيز	٢٥	strong rose water .

كريم تنظيف (٣)

	جرام	
زيت معدنى أبيض .	١٠٠	White mineral Oil .
حمض إستياريك .	٢٠	Stearic acid .
لانولين لا مائى .	١٤	Anhydrous lanolin .
تربنيول .	٠,١	terpineol .
تراى إيثانول أمين .	٢	triethanolamine
بروبيلين جليكول	١٠	Propylene Glycol .
ماء	٥٤	Water .

كريم تنظيف (٤)

	جرام	
Bees wax	٨	شمع نحل
Mineral Oil .	٥٠	زيت معدنى .
Spermaceti	١٢	عنبرية .
Borax .	١	بوراكس .
Distilled water .	٢٩	ماء مقطر .

كريم تنظيف (٥)

	جرام	
Almond Oil	٥	زيت لوز
Lanolin .	٢٠	لانولين .
Mineral Oil .	٣٥	زيت معدنى .
Borax .	٥	بوراكس .
Distilled water .	٣٥	ماء مقطر .

كريم أساس للتنظيف

	جرام	
Liquid paraffin .	٧٥	برافين سائل
Paraffin wax .	١٥	شمع برافين
Bees wax .	١٠	شمع نحل
Borax	١	بوراكس
water .	١٢	ماء
Perfume	مقدار كافٍ	مادة معطرة

كريم أساس لتغذية الجلد

	جرام	
Lquid paraffin .	٥٢	برافين سائل

lanolin	٤	لانولين
Bees wax .	٦	شمع نحل
spermaceti	٤	عنبرية
Borax	١	بوراكس
water	٣٣	ماء
Perfume	مقدار كافٍ	مادة معطرة

كريم أساس بيولوچى

	جرام	
Liquid Paraffin	٢٥	برافين سائل .
Lanolin	٢٥	لانولين .
Bees wax	٧	شمع نحل .
Spermaceti	٦	عنبرية .
Borax	٠,٥	بوراكس .
water	٣٦,٥	ماء
Perfume	مقدار كافٍ	مادة معطرة .

كريم أساس للتدليك

	جرام	
Liquid Paraffin	٤٥	برافين سائل
Lanolin	٤	لانولين
Ceresin	٣٠	سيرسين
Bees wax	٣٠	شمع نحل
Borax	٦	بوراكس
water	٤٥	ماء
Perfume	مقدار كافٍ	مادة معطرة .

لوسيون تنظيف

	جرام	
Mineral Oil	٢٥	زيت معدنى

بولى إيثيلين (جيليكول ٤٠٠	١١٠	Polyethylene Glycol 400
أحادى إستياريت)		Monostearate .
شمع نحل	١٠٠	Bees wax.
لانولين	٥٠	Lanolin
بروبيلين چليكول	٥٠	Propylene glycol
تراى إيثانول أمين	١٠	Triethanolamine
ماء	٥٤٠	water
مادة حافظة .	١٠	Preservative
مادة معطرة	مقدار كافٍ	Perfume

طريقة التصنيع :

تخلط المكونات الخمسة الأولى معاً وتسخن لدرجة ١٦٧ْف حتى يتكون مخلوط متجانس ، يضاف التراى إيثانول إلى الماء ويسخنان معاً عند درجة ١٦٧ْف ثم يضاف هذا المخلوط إلى المخلوط الأول مع التقليب الجيد ، وعندما يبرد المخلوط لدرجة ١٠٤ْف تضاف المادة الحافظة والمعطرة .

كريم بارد بالكامفور

	جرام	
زيت لوز حلو	٢٢٤	Oil of sweet Almonds .
شمع أبيض	٢٨	White wax
عنبرية .	٢٨	Spermaceti
كامفور .	٢٨	camphor
ماء ورد	١٤٠	Rose water
بوراكس	٧,٢	Borax (in fine powder) .
زيت ورد	١٠ نقط	Oil of Rose

طريقة التصنيع :

يصهر الشمع الأبيض والعنبرية ويضاف لها زيت اللوز الحلو ، يذاب الكامفور على درجة حرارة هادئة ، يضاف ماء الورد تدريجياً إلى البوراكس السابق إذابته على

حرارة هادئة مع التقليب بملعقة خشبية حتى يبرد المخلوط ، وأخيراً يضاف زيت الورد.

كريم بارد

	جرام	
Oil of almonds .	٤٢٥	زيت لوز
Lanolin .	١٨٥	لانولين
White wax .	٦٢	شمع أبيض
Spermaceti.	٦٢	عنبرية
Borax	٤,٥	بوراكس
Rose water	٣٠٠	ماء ورد

طريقة التصنيع :

تخلط المكونات الأربع الأولى وتصهر معاً ثم يضاف لها محلول البوراكس فى ماء الورد .

كريمات متلاشية

تعتبر الكريمات المتلاشية مستحلبات زيت فى ماء Oil in water ، وتحتوى على مكونات أساسية مثل حمض الإستياريك ومواد قلوية مثل البوتاس ، الصودا الكاوية ، كربونات الصوديوم ، البوراكس ، تراى إيثانول أمين ، وأيضاً الماء والجليسرين .

كريم متلاشى

	جرام	
Stearic acid	٢٤	حمض إستياريك
Potassium Hydroxide	١	هيدروكسيد بوتاسيوم
Glycerine .	٥	جليسرين
Diglycol Stearate	٦	داى جيليكول إستياريت
Water	٦٤	ماء

طريقة التصنيع :

يصهر حمض الإستياريك وترفع درجة حرارته حتى ٨٥ْم ، ويسخن المحلول المائى المحتوى على هيدروكسيد البوتاسيوم والجليسرين حتى درجة ٨٥ْم ثم يضاف إلى حمض الإستياريك ببطء مع التقليب المستمر ، وينتج من ذلك مادة متخثرة تشبه الجيلى ، وبمرور الوقت تتكون قشرة على السطح ، ويترك الكريم لمدة ليلة ثم يضاف إليه المادة المعطرة ثم يعبأ .

كريم متلاشى باللانولين

	جرام	
حمض إستياريك	١٩٠	Stearic Acid
جليسرين	٢٥	Glycerine
لانولين	٢٠	Lanolin
تراى إيثانول أمين	١٠	Triethanolamine
ماء	٨٠٠	water
مادة حافظة	١٠	Preservative
مادة معطرة	مقدار كافٍ	Perfume

طريقة التصنيع :

يصهر حمض الإستياريك واللانولين معاً وترفع درجة حرارتهما إلى ١٧٦ْف، يضاف التراى إيثانول أمين والجليسرين إلى الماء ويسخنان حتى درجة ١٧٦ْف ثم يصب هذا المخلوط إلى المخلوط الأول مع التقليب المستمر لمدة ساعة وعندما يبرد المخلوط إلى درجة حرارة ١٤٠ْ ف تضاف المادة المعطرة مع التقليب.

كريم متلاشى

حمض إستياريك	٢٢٤٠ جراما	Stearic acid
جليسرين	٦٧٢ جراما	Glycerine
ماء	٥٣٧٦ جراما	Water
تراى إيثانول أمين	١١٢ جراما	Triethanolamine
حمض أسيتيك فينيل	٦ نقط	Phenyl acetic acid

بنزيل بروبيونيت	١٢٠ جراما	Benzyl Propionate
مسك زيلين	٢٠ نقطة	Musk Xylene
تربينيول	٥٦ جراما	Terpineol.

طريقة التصنيع :

يصهر حمض الإستياريك ويضاف إليه محلول الترای إيثانول المغلى فی الماء، تخلط الزيوت في الجليسرين وتضاف إلى المخلوط السابق مع التقليب حتى يبرد.

خمسة كريمات أساس متلاشية

كريم أساس (١)

	جرام	
جليسرول	١٠	Glycerol
هيدروكسيد بوتاسيوم	١	Potassium Hydroxide
حمض إستياريك	٢٥	Stearic acid
مادة معطرة	٠,٥	Perfume
ماء	٦٣,٥	water

كريم أساس (٢)

	جرام	
جليسرول	١٠	Glycerol
لانولين	١	Lanolin
زيت معدنی	٢	Mineral Oil
هيدروكسيد بوتاسيوم	٠,٥	Potassium Hydroxide
هيدروكسيد صوديوم	٠,٥	Sodium Hydroxide
حمض إستياريك	٢٢	Stearic acid
مادة معطرة	١	Perfume
ماء	٦٣	water

كريم أساس (٣)

Cetyl Alcohol	جرام ٠,٥	كحول سيتيل
Glycerol	٥	جليسرول
Lanolin	٥	لانولين
Mineral Oil	٥	زيت معدنى
Stearic Acid	٢٠	حمض إستياريك
Triethanolamine	٢	تراى إيثانول أمين
Perfume	٠,٥	مادة معطرة
water	٦٢	ماء

كريم أساس (٤)

Cetyl Alcohol	جرام ٠,٥	كحول سيتيل
Glycerol	٨	جليسرول
Sodiume Hydroxide	٠,٤	هيدروكسيد صوديوم
Stearic Acid	٢٠	حمض إستياريك
Triethanolamine	١,٢	تراى إيثانول أمين
water	٦٩,٩	ماء

كريم أساس (٥)

Glycerol	جرام ٦	جليسرول
Lanolin	٤	لانولين
Potassium Hydroxide	٢	هيدروكسيد بوتاسيوم
Stearic Acid	١٥	حمض إستياريك
Water	٧٣	ماء

كريم لتنظيف الجلد

	جرام	
حمض إستياريك	١٠٠	Stearic Acid
زيت معدنى	٥٠٠	Mineral Oil
لانولين	٧٠	Lanolin
تربينول	١	Terpineol
تراى إيثانول أمين	١٢,٥	Triethanolamine
بروبلين چيليكول	٥٠	Propylene glycol
ماء	٢٥٠	water
مادة حافظة	١٠	Preservative
مادة معطرة	حسب الطلب	Perfume

طريقة التصنيع :

يسخن الماء لدرجة ١٥٨°ف ويضاف إليه التراى إيثانول أمين ، تسخن المكونات الأربع الأولى ومعها البروبيلين چيليكول على نفس درجة الحرارة حتى يتم الصهر ، وعندها يضاف إليهم محلول الماء السابق مع التقليب المستمر حتى يبرد المخلوط لدرجة ١٢٢°ف ثم تضاف المادة الحافظة والمادة المعطرة .

كريم تنظيف سائل ولسيون للأيدى

	جرام	
حمض إستياريك	١١٣٢٥	Stearic acid
زيت معدنى أبيض	٢٧	White Mineral Oil
لانولين لا مائى	٣٤	Anhydrous Lanolin
تربينول	٠,٣	Terpineol
تراى إيثانول أمين	٩,٥	Triethanolamine
بروبيلين چيليكول	٧٥	Propylene glycol
هلام بذور السفرجل	١٩	Quince seed Mucilage
ماء	٣١٥	water

طريقة التصنيع :

يصهر حمض الإستياريك فى الزيت المعدنى ثم يضاف إليه اللانولين والتربينول وتضبط درجة حرارة المحلول عند ٧٠م ، وفى وعاء آخر يذاب الترای إيثانول أمين فى الماء وتضبط درجة حرارته عند ٧٠م وعندها يضاف المخلوط الزيتى إلى محلول الإيثانول أمين مع التقليب الجيد المستمر حتى يتكون مستحلب جيد .

أما هلام بذور السفرجل فيعمل بإضافة ٩,٢٥ أونس من بذور السفرجل إلى ٢٠ باوند من الماء عند درجة حرارة ٨٠م وينقع لمدة ليلة ثم يعصر من خلال قطعة قماش.

ويجب إضافة مادة حافظة إلى هلام بذور السفرجل لمنع تعفنه . يخلط المعطر مع بروبلين جيليكول ويضاف إلى المكونات السابقة مع التقليب حتى يتكون الكريم الذى يقلب حتى تصل درجة حرارته إلى ٥٠م ، ويجب أن يكون التقليب سريعا بقدر كاف لتجنب تكون فقاعات هوائية داخل الكريم ، ويقلل التقليب عندما تصبح درجة حرارة المخلوط مماثلة لدرجة حرارة الغرفة .

ولا يجب ترك المخلوط يبرد دون تقليب .

كريمات سريعة التميع

كريم متميع (١)

	جرام	
Bees wax	٧	شمع نحل
Ceresin	١٢	سيرسين
Mineral Oil	٤٣	زيت معدنى
Petroleum Gelly	٣٨	هلام بترولى

كريم متميع (٢)

	جرام	
Bees wax	١٦	شمع نحل
Mineral Oil	٧٤	زيت معدنى
Ozokerite	٥	أوزوكريت
Paraffin wax	٥	شمع برافين

كريم متميع (٣)

	جرام	
سيرسين	١٢	Ceresin
زيت معدنى	٨٨	Mineral Oil

كريم متميع (٤)

	جرام	
شمع نحل	٩	Bees wax
زيت معدنى	٥٠	Mineral Oil
شمع برافين	١٨	Paraffin wax
هلام بترولى	٢٣	Petroleum Jelly

كريم متميع (٥)

	جرام	
زيت معدنى	٥٠	Mineral Oil
شمع برافين	٣٠	Paraffin wax
هلام بترولى	٢٠	Petroleum Jelly

كريم سريع التميع

	جرام	
شمع نحل أبيض	٢	White Bees wax
جليسرين	٦	Glycerin
سورفولين	٢	Morpholine
ماء دافئ	٤,٥	warm water
منتول	٢	Menthol
مسحوق بوراكس	٠,٥	Powdered borax
زيت ليمون قوى خالٍ من التربينات	٢	Terpeneless imitation lemon Oil

كريم لكل الأغراض

	جرام	
كحول لوريل	١١٠	Lauryl Alcohol

شمع نحل	٨٠	Bees wax
زيت برافين	٧٠	Paraffin Oil
زيت معدنى	١٠	Mineral Oil
صوديوم لوريل سلفيت	١٠	Sodium lauryl Sulphate
تراى إيثانول أمين	٤	Triethanolamine
ماء	٤٥٦	water
مادة حافظة	١٠	preservative
مادة معطرة	مقدار كافٍ	perfume

طريقة التصنيع :

تسخن المركبات الأربع الأولى لدرجة حرارة ١٨٠°ف (٨٢°م) ، يضاف كل من صوديوم لوريل سلفيت والمادة الحافظة والتراى إيثانول أمين إلى الماء وتسخن جميعها إلى نفس درجة الحرارة ويضاف هذا المخلوط إلى المخلوط السابق ببطء مع التقليب المستمر حتى تصل درجة حرارة المخلوط إلى ١٤٠°ف (٦٠°م) عندها تضاف المادة العطرية .

كريم لليل

	جرام	
زيت معدنى	٢٨٠	Mineral Oil
زيت زيتون	٤٥	Olive Oil
لانولين	١٢٥	Lanolin
حمض إستياريك	٤٠	Stearic Acid
عنبرية	٦٥	Spermaceti
كحول سيتيل	١٢٥	Cetyl Alcohol
تراى إيثانول أمين	١٠٩	Triethanolamine
ماء	٤٠٠	Water
مادة حافظة	١٠	Preservative
مادة معطرة	مقدار كافٍ	Perfume

طريقة التصنيع :

يسخن الماء لدرجة ١٥٨ْف (٧٠ْم) ويضاف إليه التراى إيثانول ، تسخن المكونات الستة الأولى معاً لنفس درجة الحرارة ويضاف إلى المخلوط الأول مع التقليب المستمر حتى يبرد المخلوط لدرجة ١٢٢ْف (٥٠ْم) وعند ذلك تضاف المادة الحافظة والمادة المعطرة مع التقليب .

كريم بارد

	جرام	
حمض إستياريك	٣٠	STearic Acid
لانولين لا مائى	٢٠	Anhydrous Lanolin
شمع نحل أبيض	١٦	White beeswax
تربينول	١٦٨	Terpineol
زيت معدنى أبيض	١٤٧٨٤	White Mineral Oil
تراى إيثانول أمين	٤	Triethanolamine
بروبيلين چيليكول	١٦	Propylene glycol
ماء	٩٥	water
مادة معطرة	مقدار كافٍ	Perfume

طريقة التصنيع :

يصهر حمض الإستياريك واللانولين وشمع النحل مع الزيت المعدنى بحيث تصل درجة الحرارة إلى ٧٠ْم وعندها يضاف الـ Terpineol ، وفى وعاء منفصل يسخن الماء لدرجة حرارة ٧٠ْم ويضاف إليه الإيثانول ، ثم يضاف هذا المحلول إلى مخلوط الشمع والزيت مع التقليب الجيد حتى يتكون مستحلب كريمى ، وعند ذلك يضاف البروبيلين چيليكول إلى المادة المعطرة ثم يضاف هذا المخلوط إلى المخلوط السابق مع التقليب حتى يصبح المستحلب متجانسا وناعما ولزجا تماماً ويستمر التقليب حتى تصبح درجة حرارة المخلوط مماثلة لدرجة حرارة الغرفة .

كريم واقٍ من حروق الشمس

	جرام	
Self - Emulsifying glyceryl Mononstearate	١٤,٠٤	مستحلب ذاتى من أحادى إستياريت الجليسريل
Isopropyl Myristate	٢٥,٢٢	أيزوبروبيل ميرستيت
Lanolin	٥,٠٨	لانولين
Propylene glycol	٥,٠٨	بروبيلين چليكول
Titanium Dioxide	٢,٧٠	ثانى أكسيد التيتانيوم
Iron oxide	٢,١٦	أكسيد حديد
Methyl P - Amino Benzoate	٥,١٥	ميثيل ب – أمينوبنزوات
Methyl P - hydroxy BenZoate	٠,١٦	ميثيل ب ـ هيدروكسى بنزوات
water	٤٣,٤١	ماء

لوسيون للأيدى

	جرام	
Stearic Acid	٥	حمض إستياريك
Triethanolamine	٥	تراى إيثانول أمين
Cetyl Alcohol	٠,٥	كحول ستيل
Ethyl Alcohol	٥	كحول إيثيل
Viscarin	٠,١	فيسكارين
Distilled Water	١٠٠	ماء مقطر
Perfume	٠,٢٥	معطر

لوسيون للأيدى

	جرام	
Stearic Acid	٤	حمض إستياريك
Potassium Hydroxide	٠,٢	هيدروكسيد بوتاسيوم
Cetyl Alcohol	٠,٥	كحول سيتيل .
Glycerine	٢	جليسرين
Ethyl Alcohol 95%	٥	كحول إثيل ٩٥٪

Sodium Benzoate	٠,١٥	بنزوات الصوديوم
Viscarin mucilage 1.9%	٨	مستحلب فيسكارين
water	٨٠,١٥	ماء

طريقة التصنيع :

تذاب بنزوات الصوديوم باعتبارها المادة الحافظة فى ماء دافئ ثم يضاف إليه ببطء مستحلب الفيسكارين مع الرج حتي تمام الذوبان ثم يضاف هيدروكسيد البوتاسيوم والمركبات المائية وتسخن لدرجة ٧٥م ، يسخن حمض الإستياريك وكحول الستيل لدرجة حرارة لا تزيد على ٨٥م ويضاف ذلك إلى محلول الفيسكارين مع التقليب حتى يبرد المخلوط لدرجة مماثلة لدرجة حرارة الغرفة ، وعند ذلك تضاف المادة المعطرة بنسبة ٠,٢٥ ٪ .

لوسيون للجلد الجاف

	جرام	
Boric Acid	٢	حمض البوريك
Alcohol	٦	كحول
Glycerine	١٠	جليسرين
Tincture Benzoin	٢,٥	خلاصة البنزوان
Witch Hazel	٢٥	هاماماليس (نبات)
Water	٥٤	ماء
Lavender Oil	٠,٥	زيت لافندر

طريقة التصنيع :

يذاب حمض البوريك فى مقدار صغير من الماء باستخدام الحرارة ، يذاب زيت اللافندر فى الكحول ويضاف إليه خلاصة البنزوان ، يخلط محلول حمض البوريك مع خلاصة البنزوان والجليسرين ومخلوط الكحول ويترك المخلوط لمدة ٢٤ ساعة يرشح بعدها .

قناع للجمال

	جرام	
Gelatin	١٥	چيلاتين
Glycerin	٣٥	جليسرين
Zinc Oxide	١٥	أوكسيد زنك
Distilled water	٣٥سم٣	ماء مقطر

طريقة التصنيع :

يقطع الجيلاتين قطع صغرة وينقع فى الماء حتى يصير ليناً ثم يضاف إليه الجليسرين ويوضع المخلوط على حمام مائى حتى تمام ذوبان الجيلاتين ثم ينخل أكسيد الزنك ويضاف إلى المخلوط السابق ويقلب .

لوسيون واقى من أشعة الشمس

	جرام	
Acetulan	٢	أسيتولان
Silicone Oil	١	زيت سيليكونى
Cetyl Alcohol	٠,٥	كحول سيتيل
Sunscreen Agent	١	عامل مضاد لأشعة الشمس
Diglycol Skarate	٣	داى چيليكول سكارات
Veegum	١,٥	فيجيوم
Propylene glycol	٣	بروبيلين چيليكول
Water	٨٨	ماء
Perfume	مقدار كافٍ	مادة معطرة

مسحوق للوجه (ثقيل)

	جرام	
Zinc oxide	٣٠	أكسيد زنك
Talc	٥٠	تلك
Zinc Stearate	٤	ستياريت زنك
Kaolin	١٠	صلصال نقى
Titanum dioxide	٥	ثانى أكسيد التيتانيوم
Perfume	١	مادة معطرة

مسحوق للوجه (متوسط)

أكسيد زنك	جرام ٢٠	Zinc Oxide
تلك	٦١	Talc
ستياريت زنك	٥	Zinc Stearate
صلصال نقى	١٠	Kaolin
ثانى أكسيد التيتانيوم	٣	Titanum Dioxide
مادة معطرة	١	Perfume

مسحوق للوجه (خفيف)

أكسيد زنك	جرام ١٥	Zinc Oxide
تلك	٧٤	Talc
ستياريت زنك	٥	Zinc Stearate
صلصال نقى	٥	Kaolin
مادة معطرة	١	Perfume

مسحوق تلك بعد الحلاقة

تلك	جرام ٦٩	Talc
حمض البوريك	١٠	Boric Acid
إستياريت المغنسيوم	٥	Magnesium Stearate
طباشير مرسب	١٠	Precipitated Chalk
ثانى أكسيد التيتانيوم	٥	Titanium Dioxide
مادة معطرة	١	Perfume

مسحوق تلك للتعفير

تلك	جرام ٨٤	Talc
حمض بوريك	١٠	Boric Acid
إستياريت المغنسيوم	٥	Magnesium Stearate
مادة معطرة	١	Perfume

مسحوق للوجه

	جرام	
صلصال نقى ناعم	٢٠–٥٠	Light Kaolin
أكسيد زنك	٥–٣٠	Zinc Oxide
ثانى أكسيد التيتانيوم	١–٥	Titanium Dioxide
نشا الأرز	٢٠–٥٠	Rice Starch
كربونات مغنسيوم ناعمة	٥–١٥	Light magnesium Carbonate
كربونات كالسيوم ناعمة	٥–٣٠	Light Calcium Carbonate
إستيارات مغنسيوم	١–٥	Magnesium Stearate
كالسيوم إستيارات الزنك	١–١٠	Zinc Stearte Calcium
تلك	٥٠–٧٥	Talc
مغنسيوم ميرستيت	١–٥	Magnesium Myristate

مسحوق للحمام

	جرام	
بوراكس	١١٢	Borax
حمض سالسيلك	١,٧٥	Salicylic Acid
خلاصة الكاسيا	١,٧٥	Extract Of Cassia
خلاصة الياسمين	١,٧٥	Extract of Jasmine
زيت لافندر	٢٠ نقطة	Oil of Lavender

طريقة العمل :

يفرك الزيت والخلاصات مع البوراكس وحمض السالسيلك حتى يتبخر الكحول.

مسحوق للوجه (ثقيل)

	جرام	
تلك	٦٤	Talc
طباشير مرسب	١٠	Precipitated Chalk
أ كسيد زنك	١٥	Zinc Oxide

Titanium Dioxide	٥	ثانى أكسيد التيتانيوم
Zinc Stearate	٦	زنك إستيارات

مسحوق للوجه (متوسط)

	جرام	
Talc	٧٨	تلك
Precipitated Chalk	٨	طباشير مرسب
Titanium Dioxide	٧	ثانى أكسيد التيتانيوم
Zinc Stearate	٧	زنك إستيارات

مسحوق للوجه (خفيف)

	جرام	
Talc	٧٥	تلك
Precipitated Chalk	٥	طباشير مرسب
Zinc Oxide	١٥	أكسيد زنك
Zinc Stearate	٥	إستيارات زنك

سائل للعدسات اللاصقة

	جرام	
Benzalkonium chloride	٠,٠٠٤	بنزالكونيوم
EDTA	٠,٠١٠	أ . د . ت . أ
Water	٩٩,٩٨٦	ماء
	١٠٠	

ملحوظة :

EDTA = Ethylene diamine Tetra-acetic acid .





الفصل الرابع

مستحضرات الشعر Hair Preparations

صبغة للشعر

	جرام	
Resorcinol	٥	ريزو ريسينول
Tincture of Capsicum	٥	صبغة الفلفل
Castor Oil	٥	زيت خروع
Alcohol 90%	٨٥	كحول ٩٠ ٪
Perfume	مقدار كافٍ	معطر
	١٠٠	

صبغة للشعر

	جرام	
Beta - Naphthol	٢	بيتا- نافثول
Alcohol 90%	٥٠	كحول ٩٠ ٪
Water	٤٨	ماء
Glycerin	مقدار كافٍ	جليسرين
Perfume	مقدار كافٍ	معطر
	١٠٠	

غسول للشعر

	جرام	
Isopropyl Alcohol	٥٠	كحول أيزوبروبيل
Water	٤٩,٦	ماء
Beta - Naphthol	٠,٢	بيتا - نافثول
Salicylic Acid	٠,٢	حمض سالسيلك
Perfume	مقدار كافٍ	معطر.
	١٠٠	

غسول للشعر

زيت شجر تاى	جرام ١	Ti - Tree Oil
كحول أيزوبروبيل	٥٥	Isopropyl Alcohol
ماء	٤٠	Water
جليسرين	٤	Glycerin
معطر لماء الكولونيا	مقدار كافٍ	Perfume or eau-de-cologne
	١٠٠	

شامبو

ترای إيثانول أمين لوريل سلفيت	جرام ٢٠	Triethanolamine Lauryl Sulphate
صوديوم لوريل سلفيت	١٠	Sodium Lauryl Sulphate
أحماض دهنية لزيت جوز الهند	١٥	Coconut Oil Fatly Acids
ترای إيثانول أمين	١٠	Triethanolamine
سيكويسترانت	١	Sequestrant
ماء	٤٤	Water
معطر	مقدار كافٍ	Perfume
لون	مقدار كافٍ	Colour

لوسيون مثبت للشعر

صمغ الكثيراء	جرام ١,٢	Gum Tragacanth
كحول	١٠	Alcohol
جليسرين	٥	Glycerin
ماء	٨٣,٨	Water
مادة حافظة	مقدار كافٍ	Preservative
	١٠٠	

لوسيون مثبت للشعر

	جرام	
صمغ كرايا	١,٥	Gum Karaya
بوراكس	١,٥	Borax
كحول	١٠	Alcohol
ماء	٨٢	Water
جليسرين	٥	Glycerin
مادة حافظة	مقدار كافٍ	Preservative
	١٠٠	

مسحوق لتمويج الشعر فى المنزل

	جرام	
مسحوق صمغ كرايا	٣٠	Gum Karaya Powder
مسحوق صمغ كاسيا	٤٧	Gum Acacia Powder
بوراكس	١٥	Borax
كربونات صوديوم	٨	Sodium Carbonate
معطر	مقدار كافٍ	Perfume
	١٠٠	

(يكفى إضافة عشرة جرامات من المخلوط السابق إلى $\frac{1}{8}$ جالون من الماء والجالون الأمريكى حوالى ٣,٧٥ لتر)

طريقة التصنيع : تخلط كل المكونات السابقة معاً بصورة جيدة .

مِلمع للشعر

	جرام	
محلول اللك فى الكحول	٣,٥	Shellac
هيدروكسيد أمونيوم ٢٨ ٪	٠,٥	Ammonium Hydroxide 28%
ماء	٣٢,٠	Water
	٣٦	

طريقة التصنيع :

يضاف هيدروكسيد الأمونيوم ونصف مقدار الماء إلى محلول اللك فى الكحول ويوضع المخلوط فوق نار هادئة جداً مع التقليب المستمر حتى يتكون محلول متجانس، وعند ذلك يضاف باقى مقدار الماء ، ويجب أن يكون المحلول رائقا شفافا ، وفى حالة عدم حدوث ذلك يجب إضافة المزيد من هيدروكسيد الأمونيوم ، وبعد ذلك يرشح الناتج ويبرد .

ملمع للشعر

	جرام	
Poly Vinyl Pyrolidone (PVP)	٢,٥	بولى ڤينيل بيروليدون
Glycerol	٧	جليسرول
Ethyl Alcohol	١٥	كحول إثيل
Methyl P- hydroxy Benzoate	٠,٢	ميثيل ب – هيدروكسى بنزوات
Distilled Water	٧٥,٣	ماء مقطر
Water Soluble Perfume	مقدار كافٍ	معطر مذاب فى الماء
	١٠٠	

طريقة التصنيع : تذاب مادة ميثيل ب ـ هيدروكسى بنزوات فى مقدار صغير من الماء بالغليان، يذاب الـ PVP فى باقى مقدار الماء ، ثم تضاف باقى المكونات مع التقليب الجيد .

مزيل لقشر الرأس

	جرام	
Ortho Phenyl Phenol	٠,١	أرثو ڤينيل ڤينول
Sulponated Castor Oil	١٥	زيت خروع مكبرت
Sodium Lauryl Sulphate	٢	صوديوم لوريل سلفيث
Potassium Arsenite	٠,١	أرسينات البوتاسيوم
Alcohol	٤٠	كحول
Water	٤٢,٥	ماء
Perfume	٠,٣	معطر
	١٠٠	

طريقة التصنيع:

يذاب المركب الأول والثالث والرابع فى الكحول وبعد تمام الذوبان يضاف المعطر، يخلط زيت الخروع فى الماء ثم يضاف المخلوط الأول إلى المخلوط الثانى ثم يرشحان معاً .

كريم للشعر

	جرام	
كحول ستيل	٠,٣	Cetyl Alcohol
شمع نحل أبيض	٠,٣	White Beeswax
هيدرو سيرين	٠,٣	Hydrocerin
عنبرية	٠,٥	Spermaceti
حمض إستياريك	٠,٦	stearic Acid
لانولين لا مائى	٠,٥	Anhydrous Lanolin
كحول أوليل	٠,٥	Oleyl Alcohol
برافين سائل	٤٠,٠	Liquid Paraffin
ماء مقطر	٥٧,٠	Distilled Water
	١٠٠	

طريقة التصنيع :

تصهر المركبات الصلبة مع نصف مقدار الزيت وكحول أوليل مع التقليب ، وبعد تمام الصهر يضاف إلى المخلوط السابق نصف مقدار الماء عند نفس درجة الحرارة وبعد ترك المخلوط يبرد يضاف باقى مقدار الزيت والماء بكميات صغيرة على التوالى .

كريم للشعر

	جرام	
برافين سائل	٤٥	Liquid Paraffin
حمض إستياريك	٥	Stearic Acid
تراى إيثانول أمين	١	Triethnolamine
ماء مقطر	٤٩	Distilled Water
	١٠٠	

طريقة التصنيع :

يصهر حمض الإستياريك مع البرافين السائل ، يذاب الترای إيثانول أمين فى الماء، ترفع درجة حرارة كلا المخلوطين إلى ٦٥ ْم درجة م ، ثم يخلطان معاً مع التقليب حتى يبرد المخلوط ، واحذر أن تتكون رغوة Froth .

كريم لفرد الشعر

	جرام	
صمغ الكثيراء	٢	Gum Tragacanth
حمض البوريك	١	Boric Acid
ماء	٤٠	Water
كربونات صوديوم	١	Sodium Carbonate
هيدروكسيد بوتاسيوم	١	Potassium Hydroxide
جليسرين	٢	Glycerin
معطر	٨	Perfume
	٥٥	

طريقة التصنيع والاستخدام : يصنع من المركبات السابقة عجينة توضع فوق الشعر لمدة نصف ساعة يغسل الشعر بعدها لإزالة العجينة .

مثبت للشعر

	جرام	
كبريت «مرسب» .	٣	Sulphur (Precipitated)
أسيتات الرصاص	٣	Lead Acetate
جليسرين	٢٥	Glycerin
زيت معدنى «خفيف»	٥	Mineral Oil (Light) .
بتروليم	٥٥	Petrolaum
كحول سيتيل	٢	Cetyl Alcohol
«سوليولان» ٥	٢	(Solulan) 5
«أيزوبار» م	٥	(Isopar) m
	١٠٠	

طريقة التصنيع :

تسخن المركبات المائية والزيتية لدرجة ٨٠° م ، ينثر الكبريت فى وعاء المركبات المائية مع الرج البطئ لإدماج الهواء فى المخلوط ويترك ليبرد حتى يصبح المخلوط ثقيلا ومتجانسا ، تضاف أسيتات الرصاص ببطء شديد مع الرج الجيد ويقلب المخلوط باستمرار حتى يبرد المخلوط لدرجة ٣٥° م .

شامبو

	جرام	
زيت زيتون مكبرت	١٦	Sulphonated Olive Oil
زيت خروع مكبرت	١٦	Sulphonated Caster Oil
ماء	٦٨	Water
لون	مقدار كافٍ	Colour
معطر	مقدار كافٍ	Perfume
	١٠٠	

شامبو

	جرام	
زيت خروع مكبرت	٧٧	Sulphonated castor oil
زيت معدنى	٣	Mineral Oil (Light) .
كحول أوليل	٣	Oleyl Alcohol
جليسرين	٣	Glycerin
ماء مقطر	١٤	Distilled Water
	١٠٠	

شامبو

	جرام	
مسحوق شامبو جاف	٤٠	Dry Shampoo (powder)
تراب القصار	٢٠	Fuller's Earth
بوراكس	٥	Borax
مخلوط كربونات وبيكربونات الصوديوم	٢٠	Sodium Sesquicarbonate

Starch	١٥	نشا
	١٠٠	

شامبو بزيت جوز الهند (١)

	جرام	
Coconut Oil	١٦	زيت جوز الهند
Potassium Hydroxide(85%)	٤	هيدروكسيد بوتاسيوم
Water	٨٠	ماء
	١٠٠	

شامبو بزيت جوز الهند (٢)

	جرام	
Coconut Oil	٣٧	زيت جوز الهند
Potassium Hydroxide (85%)	٢٩	هيدروكسيد بوتاسيوم (٨٥٪)
Water	٥	ماء
Glycerin	٢٩	جليسرين
Perfume	مقدار كافٍ	معطر
	١٠٠	

شامبو بزيت جوز الهند (٣)

	جرام	
Coconut Oil	٢١	زيت جوز الهند
Potassium Hydroxide(85%)	٤,١	هيدروكسيد بوتاسيوم ٨٥٪
Water	٥٤	ماء
Perfume	٠,٥	معطر
Olive Oil	٣	زيت زيتون
Sodium Hyroxide 95%	١,٩	هيدروكسيد صوديوم
Ethyl Alcohol	١٥	كحول إيثيل
EDTA	٠,٥	أ.د . ت . أ
	١٠٠	

ملحوظة :

= EDTA Ethylene diamine Tetraacetic acid

شامبو بزيت جوز الهند (٤)

	جرام	
Coconut Oil	٢١	زيت جوز الهند
Potassium Hydroxide 85%	١,١	هيدروكسيد بوتاسيوم
Water	٦٨,٧	ماء
Perfume	١,٠٠	معطر
Olive Oil	٩,٩	زيت زيتون
Sodium Hydroxide 95%	٤,٤	هيدروكسيد صوديوم ٩٥٪
Ethyl Alcohol	٢,٨	كحول إيثيل
Palm Oil	٥,١	زيت نخيل
	١١٤	

شامبو بزيت جوز الهند (٥)

	جرام	
Coconut Oil	٢٠	زيت جوز الهند
Potassium Hydroxide 85%	٤,١	هيدروكسيد بوتايسوم ٨٥٪
Water	٥٤,٠٣	ماء
Perfume	١,٠٠	معطر
Olive Oil	٤,٠٠	زيت زيتون
Sodium Hydroxide 95%	١,٨٧	هيدروكسيد صوديوم ٩٥٪
Ethyl Alcohol	١٥,٠٠	كحول إيثيل
	١٠٠	

شامبو بزيت جوز الهند (٥)

	جرام	
Coconut Oil	١٤	زيت جوز الهند

هيدروكسيد بوتاسيوم ٨٥٪	٦	Potassium Hydroxide 85%
ماء	٥٧	Water
جليسرين	١٢	Glycerol
معطر	٠,٥	Perfume
هيدروكسيد صوديوم ٩٥٪	٠,٥	Sodium Hydroxide 95%
حمض الأوليك	١٠	Oleic Acid
	١٠٠	

شامبو بالزيوت النباتية (١)

	جرام	
زيت جوز الهند	١٥	Coconut Oil
زيت نخيل	٥	Palm Oil
هيدروكسيد بوتاسيوم ٩٠٪	٣	Potassium Hydroxide 95%
هيدروكسيد صوديوم ٩٠٪	١	Sodium Hydroxide 90%
كحول إيثيل	٧	Ethyl Alcohol
ماء	٦٩	Water
	١٠٠	

شامبو بالزيوت النباتية (٢)

	جرام	
زيت جوز الهند	٧٠	Coconut Oil
هيدروكسيد بوتاسيوم (مقدار يجعل ال Ph= ٩)	–	Potassium Hydroxide 90%
ماء (مقدار يكمل التركيبة إلى ١٠٠ جرام)	–	Water
أحماض دهنية لزيت جوز الهند	١٢	Coconut Fatly Acids
حمض إستياريك	١٢	Stearic acid

Glycerol	٢	جليسرين
Perfume	٠,٥	معطر
Sodium Lauryl Sulfate	٣	صوديوم لوريل سلفيت
	١٠٠	

شامبو بالزيوت النباتية (٣)

	جرام	
Potassium Hydroxide 90%	١٤,٥	هيدروكسيد بوتاسيوم ٩٠٪
Ethyl alcohol	٣٧	كحول ايثيل
Glycerol	٦	جليسرين
Olive Oil	٣٤	زيت زيتون
Corn Oil	٨,٥	زيت ذرة
	١٠٠	





الفصل الخامس
مساحيق ومعاجين الأسنان

معجون أسنان بالطباشير والصابون (١)

	جرام	
طباشير	٤٧	Chalk
صابون أسنان	٢	Dental Soap
جليسرين ب .ب	٢٢	Glycerine B.P
الچينات الصوديوم	٢	Sod . Alginate
نكهة ، مادة حافظة	مقدار كافٍ	Flavour,Preservative
ماء	مقدار حتى اكتمال ١٠٠ جرام	Water
	١٠٠	

معجون أسنان (٢)

	جرام	
طباشير	٥٧	Chalk
صوديوم لوريل سلفيت	١	Sodium Lauryl Sulphate
جليسرين	٢١	Glycerine
صمغ الكثيراء	١,٥	Gum Tragcanth
نكهة ، مادة حافظة	مقدار كافٍ	Flavour , Preservative
ماء	مقدار حتى اكتمال ١٠٠ جرام	Water
	١٠٠	

معجون أسنان (٣)

	جرام	
Chalk	٤٠	طباشير
Sodium Lauryl Sulphate	١,١	صوديوم لوريل سلفيت
Glycerine	١٧,٠٠	جليسرين
Sod, Carragheenate	١,٤	صوديوم كاراغنيت
Flavour.Saccharin	١,١	نكهة ، سكارين
Water	٣٩,٤	ماء
	———	
	١٠٠	

معجون أسنان بالفوسفات (٤)

	جرام	
Dicalcium Phosphate Di-hydrate	٤٠	فوسفات كالسيوم ثنائى
Sodium Lauryl Sarcosinate	٢	صوديوم لوريل ساركوزينيت
Glycerine B.P	٢٠	جليسرين ب .ب
Sodium Carragheenate	١,٤	صوديوم كاراغنيت
Flavour And Saccharin	١,٠٠	نكهة ، سكارين
Water	٣٥,٦	ماء
	———	
	١٠٠	

مسحوق منظف للأسنان

	جرام	
Precipitated Calcium carbonate	٩٥	كربونات كالسيوم مرسبة
Dental Soap	٥	صابون أسنان
Flavouring	مقدار كافٍ	مادة مكسبة للنكهة

مادة حلوة (مُحلية)	مقدار كافٍ	Sweetener
	ـــــــ	
	١٠٠	

مسحوق منظف للأسنان

	جرام	
فوسفات ثنائى الكالسيوم	٩٧	Dicalcium Phosphate
منظف صناعى خـــالى من الصابون	٣	Synthetic Soapless Detergent
مكسِب نكهة	مقدار كافٍ	Flavouring
مادة مُحلية	مقدار كافٍ	Sweetener
	ـــــــ	
	١٠٠	

مسحوق منظف للأسنان

	جرام	
طباشير مرسب	٩٥	Precipitated Chalk
مسحوق منظف صناعى	٣	Synthetic Detergent Powder
بيروكسيد المغنسيوم	٢	Magnesium Peroxide
مكسِب للنكهة	مقدار كافٍ	Flavour
مادة مُحلية	مقدار كافٍ	Sweetener
	ـــــــ	
	١٠٠	





الفصل السادس

غسول للفم Mouth Washes

غسول للفم (١)

	جرام	
Powdered Soap	٢	مسحوق صابون
Glycerin	١٥	جليسرين
Alcohol	٢٠	كحول
Water	٦٣	ماء
Sodium Lauryl Sulphate	١	صوديوم لوريل سلفيت
Flavour	مقدار كافٍ	مكسب للنكهة
	١٠١	

غسول للفم (٢)

	جرام	
Tincture of myrrh	٤	صبغة المر
Eau de Cologne	٦٥	ماء كولونيا
Water	١٥	ماء
Borax	١٤	بوراكس
Syrup	١٢	شراب (فراولة - برتقال)
	١١٠	

غسول للفم (٣)

	جرام	
Thymol	٠,٠٣	ثيمول
Alcohol	٣,٠٠	كحول
Borax	٢,٠٠	بوراكس
Sodium Bicarbonate	١,٠٠	بيكربونات صوديوم

Glycerin	١٠,٠٠	جليسرين
Flavour	مقدار كافٍ	مكسب للنكهة
Water	مقدار حتى ١٠٠ جرام	ماء
	١٠٠	

«يذاب نصف ملعقة من المخلوط السابق فى كوب ماء» .

غسول للفم باليود

	جرام	
Water	٢١	ماء
Potassium Iodine	٢	يود البوتاسيوم .
Sodium Chloride	٤٠	كلوريد صوديوم
Iodine	١	يود

طريقة التصنيع :

يذاب يود البوتاسيوم فى أقل قدر من الماء ثم يضاف له اليود ، وعندما يتم ذوبان اليود ، يذاب كلوريد الصوديوم فى باقى مقدار الماء ثم يضاف إلى المحلول السابق مع التقليب الجيد .

غسول للفم

	ملعقة شاى	
Table Salt	١/٤	ملح
Borax	١/٤	بوراكس
Hydrogen Peroxide	١	فوق أكسيد الهيدروچين

طريقة التصنيع :

تذاب المكونات السابقة كلها فى كوب من الماء الدافئ ، وعليك ملاحظة أن هذا الغسول يجب إعداده أولاً بأول عند الاستخدام .

غسول للأسنان

	جرام	
Tincture Of Soap Bark	١١٢	خلاصة جذع الصابون
Tincture of rhatany	١٠٠	خلاصة نبات الرطن
Glycerine	٢٨	جليسرين
Rose Water	٨٤	ماء ورد
Essence of Peppermint	٢٠ نقطة	رائحة النعناع
Essence Of Clove	٢٠ نقطة	رائحة الفل

غسول قابض للفم

	جرام	
Sodium Chloride	٢,٥	كلوريد صوديوم
Zinc Chloride	٠,٥	كلوريد زنك
Menthol	٠,٥	منتول
Alcohol	٩,٤	كحول
Glycerine	١٠,٠٠	جليسرين
Cinnamon Oil	٠,١٠	زيت قرفة
Water	٧٧	ماء
	١٠٠	

طريقة التصنيع :

يذاب كلوريد الصوديوم وكلوريد الزنك فى الماء والجليسرين ، وتذاب باقى المركبات فى الكحول ، اخلطى المحلولين معاً ويرشحان .





الفصل السابع
مستحضرات مزيلة للشعر Depilatories

ماء كولونيا

	جرام	
Lime Oil Expressed	٥	زيت زيزفون
Bergamot Oil	١٠	زيت برجموت
Portugal Oil	٧	زيت برتغالى
Rose Oil Virgin	١	زيت ورد ، بكر
Rosemary Oil	١٠	زيت حصالبان
Alcohol 90%	١٠٠٠	كحول ٩٠٪
Water	١٠٠ بنث	ماء

عند استخدام ماء الكولونيا السابق يجب أن يخفف حتى يصبح حجم المخلوط ١٠٠٠سم٣ ثم يخلط معه ٢ جرام زيت نارنج ، ٠,٢٥ جرام زيت ميريمية ، جرام واحد أيوچينول بنزيل ، تخلط المقادير السابقة مع ماء الكولونيا ويترك للتعتيق لمدة شهر .

مزيل للشعر

	جرام	
Barium Sulphide	٢٨	كبريتيد الباريوم
Pulverized Neutral Soap	٥	مسحوق صابون
Weat Starch	٤٠	نشا القمح
Rose Geranium Perfume	١,٨	عطر ورد الجرانيوم
Zinc Oxide	٢٥	أكسيد زنك
Benzocaine	٠,٢	بنزوكين
	١٠٠	

طريقة التصنيع :

يخلط البنزوكين وعطر الورد وتفرك مع قدر قليل من النشا ، وتنخل ، اخلطى كبريتيد الباريوم وأكسيد الزنك وباقى مقدار النشا معاً ثم انخلى المخلوط، يضاف مسحوق الصابون والمخلوط الأول إلى المخلوط الثانى مع الخلط الجيد لمدة نصف ساعة على الأقل ، ثم يعبأ المخلوط فى الحال .

مزيل للشعر

	جرام	
كبريتيد إسترنتيوم	٥٠	Strontium Sulphide
نشا	٣٠	Starch Powder
تلك	٢٠	Talc
	١٠٠	

التصنيع والإستعمال :

تخلط المركبات السابقة معاً وتحفظ فى زجاجة جافة ، وعند الاستخدام يؤخذ مقدار قليل من المادة ويخلط مع قدر كاف من الماء ويعجن لتكوين عجينة ، تتم عملية العجن قبل الاستعمال مباشرة .

مزيل للشعر

	جرام	
نشا	٨	Starch Powdered
جليسرين	٨	Glycerin
كبريتيد إسترنتيوم	٢٠	Strontium Sulphide
أكسيد زنك	١٦	Zinc Oxide
دهن صوف	٨	Wool Fat
كبريتيد صوديوم	٢	Sodium sulphide
ماء مقطر	٣٧سم٣	Distilled Water
صمغ الكثيراء	١	Gum, Tragacanth
	١٠٠	

طريقة التصنيع :

يضاف الجليسرين والنشا إلى ٤ سم٣ ماء وتخلط معاً لتكوين عجينة خفيفة ثم يرفع المخلوط على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى تتصلب الكتلة ، يخلط أكسيد الزنك مع كبريتيد الإسترنتيوم وينخل المخلوط ، يصهر دهن الصوف ويخلط مع مخلوط المساحيق ، يذاب كبريتيد الصوديوم فى الماء المتبقى ثم يضاف إلى مخلوط دهن الصوف والمساحيق ، وأخيراً يضاف صمغ الكثيراء مع إجراء عملية الخلط بشكل جيد .

مزيل للشعر

	جرام	
كبريتيد صوديوم	١٠	Sodium sulphide
ماء مقطر	١٠٠ سم٣	Distilled Water

مزيل للشعر بالشمع

	جرام	
قلفونية	٨٠	Colophony
شمع نحل	٢٠	Beeswax
	١٠٠	

تذاب المكونات السابقة على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى يصبح المخلوط سميكاً .

صابون مزيل للشعر

	جرام	
جليسرين	٤٥٣	Glycerine
دهن	٩٠٧	Fat
زيت جوز الهند	٩٠٧	Coconut Oil
زيت خروع	١٨٤٤	Castor Oil

تجرى عملية التصبن للمكونات السابقة باستخدام ١٨١٤ جرام من محلول البوتاسا الكاوية (قوة 33Be) ، وبعد ذلك يجرى حشو الصابون باستخدام ٩٠٧ جرام من Sulphohydrate Sodium مع إضافة ١١٣ جراما من زيت سترونيلا .

معجون مزيل للشعر

	جرام	
كبريتيد إسترنتيوم نقى	٣٥	Strontium Suephide Extra
ثانى أكسيد التيتانيوم	٥	Titanium Dioxide
جليسرين	٥	Glycerine
بتروليم چيلى	٣	Petroleum Jelly
تراى إيثـــــانول أمين لوريل سلفونيت	١	Triethanolamine lauryl Sulponate
محلول تيلوزيس	٥٠	Tylosses 5 in 4% solution
منتول	١	Menthol
	١٠٠	

معجون مزيل للشعر

	جرام	
كبريتيد الإسترنتيوم	٣٠	Strontium Sulphide
نشا ذرة	١٥	Corn starch
طباشير مرسب	١٥	Precipitated Chalk
جليسرين	١٠	Glycerine
ماء	٢٩	Water
زيت لافندر	١	Lavender Oil
	١٠٠	

طريقة التصنيع :

يضاف الجليسرين إلى الماء ويخلط مع كبريتيد الإسترنتيوم وبعد ذلك يخلط مع الطباشير المرسب ونشا الذرة ثم يضاف زيت اللافندر .

يجب خلط المكونات بشكل جيد حتى تتكون عجينة متجانسة .

مخلوط الشمع

	جرام	
زيت زيتون	٥	Olive Oil
برافين لين	٢٥	Soft Paraffin
برافين صلب	٧٠	Hard Paraffin

طريقة التصنيع :

يصهر نوعى البرافين فى حمام مائى مع زيت الزيتون ، وبعد أن يبرد المخلوط يجرى صبه فى عبوات مناسبة ، ويمكن إضافة أى نوع من الصبغات القابلة للذوبان فى الزيوت حسب الرغبة .





الفصل الثامن

مستحضرات الأظافر Nail preparations

معجون ملمع للأظافر

أكسيد استانيك	٥٠ جرام	Stannic Oxide
تلك	١٤ جرام	Talc
أكسيد زنك	٧ جرام	Zinc Oxide
صمغ الكثيراء	٠,٢ جرام	Gum Tragcanth
جليسرين	١٤ سم٣	Glycerin
ماء مقطر	١٤ سم٣	Distilled Water
	١٠٠ جرام تقريباً	

طريقة التصنيع :

اخلطى صمغ الكثيراء مع قدر قليل من أكسيد الزنك ، وبعد ذلك تضاف بودرة التلك وحمض الإستانيك وباقى مقدار أكسيد الزنك، تنخل كل المواد السابقة ، وبعد النخل يضاف الجليسرين والماء وتخلط المكونات جيداً حتى تتكون عجينة متجانسة .

ملمع للأظافر

	جرام	
حمض إستانيك	٩٠	Stannic Oxide
مسحوق سليكا	٨	Powdered Silica
بيوتيل إستياريت	٢	Butyl Stearate
صبغة	مقدار كافٍ	Pigment
معطر	مقدار كافٍ	Perfume

ورنيش للأظافر

	جرام	
Nitro - Cellulose	١٧,٥	نتروسيليولوز
Synthetic resin	١,٠٠	راتنج صناعى
Butyl acetate	٢٥,٠٠	بيوتيل أسيتات
Ethyl acetate	٢٧,٥٠	إثيل أسيتات .
Amyl Acetate	٢٥,٠٠	إميل أسيتات
Butyl Stearate	٢,٠٠	بيوثيل إستيارات
Tricresyl Phosphate	٢,٠٠	تراى كريزيل فوسفات
	١٠٠ تقريباً	

طريقة التصنيع :

ضع النتروسيليلوز فى زجاجة ذات فوهة واسعة وأضف إليه باقى أنواع المذيبات وتترك هذه المواد منقوعة أو تقلب على فترات حتى تمام الذوبان ثم يضاف بيوتيل أستيارات مع التقليب .





الفصل التاسع

صابون التواليت والحمامات Toilet Soaps

صناعة الصابون بالطريقة الباردة

فى صناعة صابون التواليت بالطريقة الباردة يجب استعمال دهون عالية الجودة ، كما يجب استعمال الكميات المطلوبة بأوزان دقيقة خاصة عند وزن الدهون والمحاليل القلوية ، حيث إن إضافة مقادير أكبر من المحاليل القلوية يؤدى إلى الإضرار بالجلد ، كما أن استخدام مقادير قليلة من المحاليل القلوية يؤدى إلى عدم حدوث التصبن بصورة جيدة للدهون ، لذلك يجب التزام الحيطة عند إعداد الصابون بصورة جيدة .

الطريقة الباردة :

يعتبر زيت جوز الهند أفضل أنواع الزيوت المستخدمة فى هذه الطريقة خاصة فى حالة التصبن السريع .

وفى هذه الطريقة يستخدم وعاء أسطوانى أو مستطيل ، وأيضاً حوض مسطح القاع تجرى فيه عمليات التفاعل بين المركبات .

يوضع مخلوط الزيوت فى وعاء ذى قاع المسطح ، وفي حالة كون بعض هذه الزيوت صلب يمكن وضع الوعاء على النار الهادئة ٤٠-٤٥°م حتى تذاب كل أنواع الزيوت وتصبح سائلة ، وعند ذلك يضاف محلول قلوى قوة ٣٦-٣٨ Bé ببطء مع التقليب المستمر ، تتم عملية التصبن بسرعة أكبر فى حالة وضع الوعاء فوق النار الهادئة ، وعند إضافة المحلول القلوى يبدأ المخلوط فى الزيادة فى السمك ويستمر التقليب حتى يتكون مخلوط متجانس وبعد أن يبرد المخلوط يصب فى الأوعية المطلوبة قبل أن يتحول إلى اللزوجة .

دعامة الصابون (جذع الصابون) Soap Stock :

يتم الحصول على دعامة الصابون بعمل شرائح رقيقة من الصابون ثم تصهر فى حمام مائى .

صابون تواليت أبيض بسيط

	جرام	
زيت جوز الهند	٤٤	Coconut Oil
شحم	٦٠	Tallow
زيت خروع	٤	Castor Oil
صودا كاوية	٥٥	Caustic Soda lye (40Bé)
	١٦٣	

صابون بالورد

	جرام	
زيت جوز الهند	٢١٩٥٢	Coconut Oil
زيت خروع	٢٦٨٨	Castor Oil
صودا كاوية قوة ٣٨	١٤٠	Caustic soda lye 38 Bé
لون أحمر نقى	٨	Colour rhodamine B extra
مخلوط عطور	٩٨	Perfume mixture
زيت نخيل الورد	٩٨	Palm rose Oil
زيت لافندر	٩٨	Lavender Oil

صابون الخيال

	جرام	
زيت جوز الهند	٥٠	Coconut Oil
شحم	٥٠	Tallow
صودا كاوية قوة ٣٢	٥٠	Caustic soda lye 32 Bé
زيت جرانيوم	٤,٥	Geranium Oil
زيت برجموت	٢,٥	Bergamot Oil
زيت ليمون	٠,١٧	Lemon Oil
زيت نخيل الهند	٤,٥	Vetiver Oil
زيت لافندر	٠,١	Lavender Oil

صابون بوراكس

	جرام	
White Stock Soap	٣٢٨٤٠	صابون أبيض (دعامة)
Borax Dissolved Water	٤٧٦	ماء مذاب به بوراكس
Coconut Oil	٢١٢٠٤	زيت جوز هند
Lard	٢٣٧٦	دهن حيوانى
Caustic Soda lye (38° Bé)	١٣٤٤٠	محلول صودا كاوية بقوة ٣٨°
Bergamot Oil	١٥٤	زيت برجموت
Lignaloe Oil	١٢٦	زيت ليجنالو
Lavender Oil	٣٩	زيت لافندر

صابون شرقى

	جرام	
Coconut Oil	٢٢٤٠	زيت جوز هند
Tallow	١١٢٠٠	شحم
Lard	١١٢٠٠	دهن حيوانى
Caustic soda lye 37° Bé	٤٠	صودا كاوية قوة ٣٧°
Windsor brown	٣٥٨	بنى وندسور
Bergamot Oil	٢٩١٢	زيت برجموت
Sassafras Oil	٧٨٤	زيت ساسفراس
Cloves Oil	٧٨٤	زيت نفل
Thyme Oil	٧٨٤	زيت زعتر
Tincture of musk	١٣٤	خلاصة المسك
Oil of meroli	٣٥٨	زيت ميرولى

صابون وندوسر البنى

	باوند	
Tallow	٥٠	شحم
Coconut Oil	٥٠	زيت جوز الهند

صودا كاوية قوة ٣٧ ْ	٥٠	Caustic soda lye (37° Bé)
بوتاسا كاوية قوة ١٥ ْ	٤	Caustic Potash lye (15° Bé)
لون بني للدباغة	١,٥ أونس	Leather brown

صابون اللـوز

	جرام	
صابون محبب من الشحم الأبيض	٤٥٣٠٠	White Tallow Grained Soap
صابون بزيت الزيتون	٦٣٤٢	Olive Oil soap
صابون بزيت جوز الهند	٣٦٤٢	Coconut Oil soap
زيت اللوز المرر	٧٢٨	Oil of biter almonds
زيت نفل	٢٢٤	Oil of Clove
زيت كراويا	٢٢٤	Oil of Caraway

طريقة التصنيع :

يفضل في البداية صهر نصف مقدار صابون الشحم الأبيض ، وفيما بعد يصهر النصف الثاني من كلا نوعي الصابون ثم تضاف الزيوت ويصهر النصف الثاني من أنواع الصابون الثلاثة ثم يضاف إلى المخلوط السابق .

صابون هليوتروب

	جرام	
صابون شحم	٥٦٠	Tallow Soap
زيت اللوز	١٤	Oil of almonds
زيت نارنج	٢٨	Neroli Oil
بنزوان	٤٢	Benzoin

صابون شفاف

(A)	جرام	
Coconut Oil	٧	زيت جوز الهند
Tallow	٤	شحم
Castor Oil	٣	زيت خروع
Caustic soda lye 38° Be	٨	صودا كاوية ٣٨ْ

* يصنع هذا الصابون بالطريقة الباردة ويخلط مع مكونات المحلول B .

(B)	جرام	
Sugar	٥,٥	سكر
Water	٦	ماء
Alcohol	٤	كحول

* بعد تمام عملية الخلط يضاف المعطر ، ويتكون معطر الصابون الشفاف من المكونات التالية :

(C)	جرام	
Lemon Oil	٢,٥	زيت ليمون
Geranium Oil	١,٥	زيت جرانيوم
Palmarosa Oil	١٢,٠٠	زيت بلماروزا
Bergamot Oil	٠,٨	زيت برجموت

حمامات الملح

تعد حمامات الملح آخذين فى الاعتبار نقطتين أساسيتين ، الأولى هى الخاصة بإضافة المعطر واللون إلى حمام الملح ، والثانية تتعلق بكون الماء المستخدم عسرا Hard أو يسرا Soften .

ولعمل حمام الملح يمكن استخدام الملح الصخرى Rock Salts ، مثل ملح إبسون Epson salts أو ملح جلوبر Glauber's salts وتستخدم مواد معطرة حسب الرغبة وأيضاً مواد ملونة معتمدة . أما الأمر الثانى والخاص باستعمال مياه يسرة أو

عسرة فى إعداد حمام الملح فعادة ما تحتوى المياه العسرة على أملاح الصوديوم والفوسفات أو كربونات وبيكربونات الصوديوم ، ولأن هذه المواد عالية القلوية فنادراً ما يستخدم المركب الأخير بمفرده فقد جرت العادة على خلط أملاح الكربونات والبيكربونات أو البوراكس مع مركب Trisodium Phosphate لمعادلة القلوية .

حمام ملح

	جرام	
كربونات وبيكربونات الصوديوم	١٠٠	Sodium Sesquicarbonate
عطر الورد الصناعى	٠,١ سم٣	Rose.artificial
كحول فينيل إيثيل	٠,١ سم٣	Phenylethyl alcohol
صبغ أحمر	٠,٠١ جرام	Rhodamin Bs

* تستخدم كمية كافية من المياه لإذابة الصبغ الأحمر .

حمام رغوة بزيت الصنوبر

	جرام	
لون أحمر مصفر (صبغة)	٠,١	Flourescein
بورنيل أسيتات	١٠,١	Bornyl acetate
زيت صنوبر	٥,٠	Oil of Pine
كحول	٢٠,٠	Alcohol
زيت خروع مكبرت	١٠٠,٠	Sulphonated castor Oil





الفصل العاشر
تراكيب متنوعة

الكولونيا Cologne

تتكون الكولونيا من مجموعة من الزيوت العطرية والكحول الإيثيلى والماء المقطر بنسب مختلفة حسب الصنف المنتج ، وتنقسم المحاليل الكحولية المقطرة إلى ثلاث مجموعات هى :

المجموعة الأولى :

ماء الكولونيا : عبارة عن الكولونيا ـ ماء تواليت ـ ماء عطرى ـ معطر للجسم ـ وتتفاوت نسبة الزيوت العطرية ١-١٨٪ حسب الصنف المنتج على ألا تقل الدرجة للكحولية الحقيقية عن ٥٠٪ .

المجموعة الثانية :

العطر : تتراوح نسبة الزيوت العطرية فيه من ١٨-٣٠٪ ولا تقل الدرجة الكحولية الحقيقية عن ٧٠٪ .

المجموعة الثالثة :

زيت التطييب : لا تقل نسبة الزيوت العطرية عن ٢٥٪ ولا تزيد الدرجة الكحولية الحقيقية عن ١٠٪ .

الخواص العامة للمركبات العطرية :

١- أن يكون المحلول رائقاً خالياً من الشوائب .

٢- أن يكون المحلول مصنعاً من الكحول الإيثيلى النقى الخالى تماماً من الكحول الميثيلى .

٣- أن يكون المحلول خالياً من المواد الملونة الضارة بالصحة .

طرق صنع الكولونيا :

الطريقة الأولى :

١- تضاف الزيوت العطرية للكحول وتترك فى مكان مظلم لمدة ٢٤ ساعة .

٢- يضاف الماء المقطر بنسبة ٣٠٪ بعد تمام التخمر .

٣- يضاف قليل من كربونات المغنسيوم .

٤- يوضع المخلوط فى زجاجات ملونة محكمة لمدة أسبوع ويرج بشدة يومياً ثم يرشح .

الطريقة الثانية :

١- تضاف الزيوت العطرية إلى الكحول الإيثيلى وترج جيداً لمدة ١٥ يوما أو يزيد ، وتوضع فى مكان دافئ .

٢- بعد مرور هذه المدة يضاف الماء المقطر حسب تركيز الكولونيا المطلوب ، فإذا أريد تركيز ٨٠٪ يضاف لكل ٨٠٠سم٣ مقدار ٢٠٠سم٣ ماء مقطر ، وإذا كان التركيز المطلوب ٦٠٪ يضاف لكل ٦٠٠سم٣ محلول عطرى بمقدار ٤٠٠سم٣ ماء مقطر وترج المخاليط جيداً .

٣- يضاف إلى الكولونيا لون أصفر خفيف أو أخضر بسيط بشرط أن تكون كلها ألوان طبيعية وترج المخاليط جيداً .

٤- بعد مرور ثلاثة أيام تضاف ملعقة صغيرة من كربونات المغنسيوم أو بودرة التلك لكل لتر ماء من الكولونيا بغرض ترسيب المواد العالقة وحتى يصير اللون شفافاً.

٥- ترشح المخاليط وتعبأ فى زجاجات نظيفة جداً .

الطريقة الثالثة :

١- تخلط الزيوت العطرية والمثبتات والكحول الإيثيلى والماء المقطر وتترك لمدة ١٥يوما مع الرج المستمر .

٢- يضاف لكل لتر من المخلوط جرام واحد من محلول كربونات المغنسيوم وتترك لمدة يومين ثم ترشح .

تركيبات لأنواع مختلفة من الكولونيا

تركيبة (١)

	جرام	
زيت ليمون	٢٠	Lemon Oil
زيت برجموت طبيعى	٥	Bergamot Oil
زيت برجموت صناعى	٦	Bergamot Oil Synthetic
ساسفراس	٧	Heliotropin
أسيتات تربينول	٤	Terpeno Acetate
زيت زهر البرتقال	٤	Neroli Oil
زيت برتقال	٤	Orange Oil
كومارين	٢,٥	Goumarin
أسيتات البنزيل	١,٥	Benzyl Acetate
مسك صناعى	٠,٧	Musk Xylene
سترال	٠,٦	Cetral
كحول إيثيلى	١٦٠٠ سم٣	Ethyl Alcohol
ماء مقطر	٤٠٠ سم٣	Water

تركيبة (٢)

	جرام	
زيت برجموت	٦	Bergamot Oil
زيت ليمون	٣	Lemon Oil
زيت بنسفج	٢	Violet Oil
زيت زنبق	٢	Tuberose Oil
زيت زهر البرتقال	٢	Neroli Oil
زيت فتنة	٢	Acasia Oil
كحول إيثيلى	٥٠ سم٣	Ethyl Alcohol

تركيبة (٣)

	جرام	
زيت ليمون	٤	Lemon Oil

زيت ياسمين	٢	Jasmin Oil
زيت بنسفج	٢	Violet Oil
زيت برتقال	٢	Orange Oil
زيت ورد	٣	Rose Oil
مسك	١	Musk xylene
كحول	٥٠سم٣	Alocohol

تركيبة (٤)	جرام	
زيت برجموت	٣,٥	Bergamot Oil
زيت ليمون	٥	Lemon Oil
زيت زهر البرتقال	٢,٥سم٣	Neroli Oil
زيت برتقال	٢,٥	Orange Oil
زيت حصالبان	٢,٥	Rosemary Oil
كحول إيثيلى	٧٥٠سم٣	Ethyl Alcohol
ماء مقطر	٢٥٠سم٣	Water

تركيبة (٥)		
زيت برجموت	٥سم٣	Bergamot Oil
زيت ليمون	٨سم٣	Lemon Oil
زيت زهر البرتقال	٤سم٣	Neroli Oil
زيت حصالبان	٣ نقط	Rosemary
كحول إيثيلى	٦٥٠سم٣	Ethyl Alcohol

تركيبة (٦)	جرام	
زيت ليمون	٢	Lemon Oil
زيت برجموت	٤	Bergamot Oil
زيت زهر البرتقال	٣	Neroli Oil

زيت برتقال	٣	Orange Oil
زيت حصالبان	٢ نقطة	Rosemary Oil
كحول إيثيلى	٥٠٠سم٣	Ethyl Alcohol

تركيبة (٧) (تترك لمدة ٦-١٢ شهرا حتى يتم تعتيقها)

	جرام	
زيت لافندر	٣	Lavender Oil
زيت برجموت	٢	Bergamot Oil
كحول إيثيلى	٨٠ سم٣	Ethyl Alcohol
ماء مقطر	٢٠ سم٣	Water

تركيبات مختلفة للعطور

عطر الياسمين :	جرام	
أسيتات البنزيل	١٥	Benzyl Acetate
إميل سيناميك ألدهيد	٣٠	Amyl Cinnamic Aldehyde
أصطرك	٢٠	Styrax
محلول إندول ١ ٪	١٠	Indol Solution
ألفا أيونون	١٠	Ionone Alpha
كحول سيناميك	١٠	Cinnamic Alcohol
كحول إيثيل فينيل	٩	Phenyl Ethyl Alcohol
مسك صناعى	١	Musk xylene

عطر البنفسج :	سم٣	
محلول أيونون	٥٦٨	Ionone Solution
أسانس ورد	١١٣,٦	Essence of Rose
أسانس سوسن	١١٣,٦	Essence of Orris
أسانس ياسمين	١١٣,٦	Essence of Jasmine

Essence of Orange	٣٩٥,٦	أسانس برتقال
Essence of musk	٥,٣	أسانس مسك صناعى
Essence of ylang	٣,٦	أسانس زيت يانج صناعى
Benzoic Tincture	٢١,٣	صبغة الجاوى

	جرام	عطر البازلاء الحلوة :
Coumarin	٠,٦	كومارين
Jasmine extract	٣١,١	خلاصة الياسمين
Essence Rose	١٤٢,١	أسانس ورد
Neroli Oil	١٤٢,١	أسانس زهر البرتقال
Tuberose Extract	١٤٢,١	خلاصة التبروز

البارفانات Perfumes

تصنع البارفانات بتركيز ١٠٪ فى الكحول ، أى يذاب ١٠ جرام من الزيت العطرى فى ١٠٠سم^3 كحول إيثيلى نقى ثم تترك لمدة أسبوعين قبل الاستعمال، ولزيادة التركيز يمكن إضافة ١٠ جرام زيت عطرى إلى ٦٥سم^3 كحول للحصول على رائحة ممتازة وبذلك يكون تركيز العطر فى المحلول العطرى ١٦٪ .

زيت للشعر

يمزج ١٠ جرام زيت خروع مع ١٠ جرام فازلين سائل و ٥٠سم^3 كحول و٣جرام لوندة .

كريم مغذ ومنعم للجلد

يتميز هذا النوع بأنه يوقف ويزيل أثر العجز المبكر للجلد حيث يحتوى على فيتامين أ (زيت كبد الحوت) وهو يتكون من : ١٠٠ جرام لانولين ، ٢٠٠ جرام زيت كبد الحوت ، ١٠٠ جرام زيت بذر للعنب ، ١٠٠ جرام زيت كمثرى التمساح ، ١٥٠ جراما شمع النحل ، ١٠ جرام كحول أستياريك ، ٣٣٣سم^3 ماء مقطر ، ٧ جرام بورمة ، معطر .

طريقة التصنيع :

تسخن الزيوت والشمع إلى درجة ٧٠°م مع البورمة ثم يضاف الكحول إلى المستحلب بعد أن يبرد ويضاف اللانولين والماء المعطر مع التقليب المستمر ثم يصب فى القوالب .

أقلام لتلوين الشفاه

تتميز أقلام تلوين الشفاه باحتوائها على مادة دهنية تكسب الشفاه طراوة وليونة بألوان مختلفة ، ويمكن عملها من : ٢٠٠ جرام شمع نحل ، ١٠٠ جرام حمض أستياريك ، ١٠٠ جرام شمع معدنى طبيعى ، ١٠٠ جرام لانولين ، ٦٠ جراما هلام بترول ، ٢٤٠ جراما زيت برافين ، ١٠٠ جرام زيت خروع ، لون وعطر ١٠٠ جرام.

طريقة التصنيع :

تصهر الشموع والدهون وعندما تبرد يطحن المخلوط الشمعى مع المسحوق الملون ثم يضاف محلول الصبغة فى الزيت إلى المخلوط ثم يعاد الطحن فى طاحون درافيل دافئ أو فى الخلاط ثم يصب فى قوالب وبعد فتح القوالب تسوى فى الأقلام وتثبت فى أجربتها ثم تمرر من فوق لهب خفيف ليصبح القلم أملس غير مجعد .

أقلام الحواجب

تستعمل هذه الأقلام فى رسم الحواجب وتتركب من :

زيت خروع مهدرج بمقدار ٤٦٠ جراما ، وزيت قطن مهدرج بمقدار ١٢٠ جراما ، وزيت خروع عادى بمقدار ٨٠ جراما ولانولين بمقدار ١٧٠ جراما ، وسناج جيد بمقدار ٩٠ جراما .

طريقة التصنيع :

تصهر المكونات ثم يضاف لها مقدار كافٍ من السناج وإذا كان المخلوط غير صلب تزاد كمية شمع البرافين وبعد الخلط الجيد يضاف أى نوع من الزيوت العطرية بمقدار بسيط .

مستحضر لرموش العين

يراعى فيه أن يكون سهل الاستعمال ، وذا لون وقوام متجانس وأن يكون سريع الجفاف ، ويمكن استعمال التركيبة التالية :

٥٠ جراما كاكاو ، ٥٠٠ جرام فازلين أبيض ، ٥٠ جراماً شمع برافين ، ٤٠٠ جرام سناج نقى .

طريقة التصنيع :

تصهر المكونات ثم يضاف إليها السناج وتخلط جيداً وتعبأ فى عبوات على شكل أقلام .

مستحضر ظل للعين

يمكن تحضير مستحضرات تظليل العيون بعدة ألوان لاكتساب العيون رونقاً خاصاً وتتركب أبسط الأنواع من :

٢٠ جراما زبدة كاكاو ، ٣٠ جراما شمع نحل ، ٥٠ جراما لانولين ،٥٥٠ جراما فازلين أبيض ، ٣٠٠ جرام أكسيد زنك .

طريقة التصنيع :

تخلط المكونات جيداً مع إضافة أصباغ الليك ومادة حافظة ، وللحصول على بريق يخلط معها فى العادة قليل من مساحيق المعادن ، مثل البرونز والألومنيوم .

طلاء الأظافر

تستخدم لإعطاء الظفر لمعاناً شديداً ولوناً مناسباً ، ويجب أن يكون السائل المذيب سريع التطاير وأن يكون الغشاء الذى يتركه مرناً ، ولا يتقشر بسهولة ، ويتكون الطلاء أساساً من مادة النيروسليلوز المذابة فى خليط من المذيبات العضوية .

طريقة التصنيع :

تذاب مادة النيتروسليلوز فى خليط المذيبات العضوية ، مثل الأسيتون وإيثر البترول بحيث يكون النيتروسليلوز فى حالة غروية أكثر منه محلولا حقيقيا .



الفصل الحادى عشر
علاجات لمشكلات تجميلية خاصة

حب الشباب Acne

حب الشباب : هو حالة شديدة العمومية تصيب الجلد بسبب زيادة مفرطة فى إنتاج الزيت أو الدهن من الغدد الدهنية فى الجلد وخاصة فى الوجه والصدر والظهر،ويحدث ذلك عموماً من سن البلوغ أو سن اليأس – بسبب خلل الاتزان الهرمونى ، وتؤدى زيادة إفراز الدهون إلى غلق المسام مكونة الرؤوس السوداء فى الغالب وفى حالة إصابة هذه الأماكن بالجراثيم تتكون بقع أو بثور Boils .

وتظهر حالات حب الشباب فى صورة معتدلة حيث تتكون بثرات صغيرة لدى العديد من النساء وقد تكون الحالة حادة فيتسبب عنها تكون خراريج وتبدو مسام الجلد مكبرة .

ويلعب القلق الشديد دوراً مهماً فى حالات الإصابة بحب الشباب حيث يعانى من ذلك المراهقون والبالغون الصغار ويفيد فى علاج حالة حب الشباب اتباع نظام غذائى معين (حمية) والتعرض للهواء النقى والنظافة الجيدة .

وتعتبر الزيوت العطرية مفيدة جداً فى معالجة حب الشباب ، وفيما يلى العديد من الزيوت المفيدة فى هذه الحالة .

من هذه الزيوت : زيت اللافندر الذى قيل عنه أنه لا يُحدث أى مفعول بعد شهر من الاستعمال ، وفى هذه الحالة يجب البحث عن زيت آخر يناسب نوعية جلدك ، كما يجب التأكد من المصدر الذى حصلت منه على الزيت والتأكد من جودة الزيت ، ويفضل عادة عند استعمال الزيت تطهير الجلد وغسله جيداً.

المعالجة بالزيوت العطرية :

* تصنع شاياتٍ من الأعشاب الطازجة مثل البابونج ، السرفيل Chervil وبتلات الورد Rose التى تعد مفيدة للجلد حيث تساعد فى مقاومة الإجهاد الذى يسبب ويرافق حب الشباب ، كما أن تناول شايات زهر البرتقال وأوراقه تعتبر مضادات طبيعية للجراثيم ومهدئة .

* يجب أن نضع فى الاعتبار أن وسواس النظافة أمر حيوى ، وذلك أن حب الشباب والجلد المصاب بحب الشباب حساس جداً ، ففى بداية العلاج يجب العناية به كما هو الحال فى جلد الرضيع ، حيث يجب غسل الجلد بلطف باستخدام صابون عديم الرائحة ومتعادل الحموضة وباستخدام ماء دافئ ويشطف الجلد بشكل شامل فى البرد .

ويمكن عمل مادة مقلصة بغلى غصين الزعتر الطازج فى مقدار ٦٠٠ ملليلتر من الماء ثم يترك المغلى منقوعاً لمدة خمس دقائق وبعد أن يبرد المغلى يضاف عصير ليمونة ويشطف الجلد بهذا المخلوط من ٢-٣ مرات يومياً .

يمكنك استعمال أقراص النعناع والندغ Savory باعتبارها مواد مقلصة ومنبهة أو استعمال قرص من كل من السرفيل الطازج وحصالبان والندغ للاستفادة من الفعل الطبيعى والملطف لهذه النباتات .

* تستخدم الزيوت صباحاً ومساءً بعد تنظيف وتطهير الجلد ولا تخشى من وضع الزيت على جلدك الدهنى فهذه الزيوت تحتوى على جواهر طبيعية فعالة فى الجلد الدهنى وتمتص بسرعة ، ويجب حفظ الزيوت العطرية فى عبوة زجاجية داكنة اللون صغيرة الحجم ، وهناك عدد من الزيوت العطرية المفيدة فى حالة حب الشباب مثل زيت البابونج والأقحوان ، العرعر ، اللافندر ، النعناع ، نبات المر ، نبات للأس ، النارنج ، بتشولاى ، روزمارى ، شجر الشاى ، الزعتر.

* للجلد العادى يمزج معاً ٥٠ ملليلترا من زيت فول الصويا ، و ٢٥ ملليلترا من زيت اللوز و ٦ نقط من زيت جنين القمح وعشر نقط من زيتك المفضل.

* يستخدم مخلوط الزيوت السابقة مرتين ، فى المرة الثانية وبعد امتصاص زيت المرة الأولى تستخدم كمادات حارة من الشاش غمست فى ماء مغلى للمساعدة على امتصاص الزيت .

* وفى حالة الأفراد المصابين بالبثور والخراريج يمكن استخدام الزيوت النقية ولا شيء غيرها ، وتستخدم هذه الزيوت ليلاً بعد تنظيف الجلد بالقطن الطبى ويستمر هذا العمل حتى تختفى البثور تماماً .

معالجات أخرى :

* اتباع نظام غذائى (حمية) جيد ، لأن الأكل بشكل سيئ يؤدى إلى زيادة سوء الحالة ، فلو كان نظامك الغذائى يحتوى على مقدار كبير من السكر أكثر من

اللازم لكان ذلك سبباً فى تشجيع البكتيريا لذلك عليك التأكد من أن وجباتك الغذائية تحتوى على قدر متوازن من العناصر الغذائية وأنها غنية بالفيتامينات المهمة للجلد ، مثل F,E,B_{12},B_6,A بالإضافة إلى الكثير من الفواكه والخضراوات الطازجة.

وأيضاً كن حريصاً على تناول الكثير من الثوم ، البصل لقدرتهم العالية فى القضاء على البكتيريا والجراثيم ، وأيضاً الكرفس لصفاته المطهرة للجلد .

* تجنب تناول الأطعمة الدسمة مثل لحم الأغنام ، الشيكولاتة ، الحلويات، مع شرب المياه المعدنية وعصير الفواكه المخفف ، وشرب عشبة الزهروات Tisanes بدلاً من الشاى المنبه والقهوة .

* إذا كنت ميالة لتناول الوجبات الخفيفة فيمكنك إبدالها باللوز المجفف (الغنى بالمغنسيوم) ، أو بذور عباد الشمس أو بذور القرع (اللب الأبيض) .

* إجراء التمرينات الرياضية فى الهواء الطلق فهو عمل مفيد حيث يساعد التعرض لأشعة الشمس والهواء فى العلاج .

شيخوخة الجلد Ageing Skin

عندما يكبر الإنسان فى العمر فإن انقسام الخلايا يتباطأ ، ويحدث هذا فى أوقات تختلف باختلاف الأفراد وتتأثر بالعديد من العوامل الخارجية ، وبقدر تعلق الأمر بالجلد فإن تباطأ انقسام الخلايا يعنى أن قوة الأعضاء الموجودة فى الجلد قد قلت وأصبحت تعمل بكفاءة أقل .

فشبكة الجلد الداخلية المكونة من الكولاجين وألياف المرنين Elastin تعمل على تقوية الجلد وتثبيته وتدعيمه وبتقدم العمر يبدأ الجلد بفقدان توتره Tension وتبدأ التجاعيد فى التشكل والتكون ، وتصبح الطبقة الخارجية من الجلد (البشرة) أنحف، وينتج عنها ظهور جلد غير حى ، ولا يوجد شيء يمكن أن يمنع هذه العملية الطبيعية ، لكن الزيوت الطبيعية يمكن أن تعمل أكثر من أكثر الجرعات التى تقلل هذا التأثير ، وتعمل الزيوت الأساسية العطرية على تشجيع خلايا الجلد على التجدد بكفاءة عالية وتساعد الجلد على أن يزيت نفسه ، ويظل مرنا وأقل عرضة للتجاعيد ما دامت تستعمل الزيوت باعتدال .

العوامل المساعدة على ظهور التجاعيد :

* من الأهمية بمكان اتباع الحمية Diet خاصة ، إذ أن نوعية الطعام الذى

تتناولينه يُحدث فرقاً كبيراً عند تشغيل أعضاء الجسم المختلفة ، حيث إن المواد الغذائية المناسبة تجعل عمل الجسم أكثر كفاءة وتفيد الجلد بشكل مباشر، كما أن زيادة تناول الشاى والقهوة والكحوليات تؤدى إلى زيادة الإدرار .

* كما أن المرض وتناول العقاقير قوية المفعول تؤثر على الجلد وتزيد من تكوين التجاعيد ويزيد من ذلك تدخين السجائر .

* تلعب أشعة الشمس دوراً أساسياً فى زيادة تجاعيد الجلد ، حيث إن التعرض للأشعة فوق البنفسجية يؤدى إلى جفاف طبقة الكولاجين والماء مسببة التجاعيد ، وأيضاً تجعل ملمس الجلد جلديا Leathery ، لذلك يجب تظليل الوجه باستمرار عند التواجد فى الشمس لفترة طويلة ، كما أن التعرض لمصابيح الأشعة فوق البنفسجية أمر خطير يؤدى إلى زيادة حدوث التجاعيد .

* تعمل التدفئة المركزية على جفاف بعض أنواع الجلد ، وكذا الغرف غير جيدة التهوية .

* التعرض للإجهاد النفسى من العوامل المساعدة على إحداث التجاعيد وكذا الثورات العاطفية ، مثل موت الأقارب أو حالات الطلاق .

المعالجة بالزيوت العطرية :

* تناول الطعام باعتدال هو فى الحقيقة حمية Diet صحية وشرب الماء المعدنى والشايات العشبية ، كلها أمور تساعد على تقليل تأثير تجفيف الجلد الناتج من التعرض لأشعة الشمس والتدفئة المركزية .

* الاسترخاء وعدم القلق وشرب عشب الزهروات Tisanes المصنوع من زهر البرتقال وأوراق البرتقال كلها أمور تجعل الإنسان هادئاً وتقلل من حدوث التجاعيد .

* تدليك الجلد بالزيوت الأساسية له فوائد كبيرة ، إذ أن التدليك الجيد يشجع الدورة الدموية ويحسن نغمة Tone العضلة .

* يستخدم ٥٠ ملليلترا من زيت اللوز أو زيت البندق Hazelnut (للجلد الحساس) أو زيت جنين القمح كأساس ، أضيفى ٨ نقط من أى زيت عطرى تختارينه ، ويحفظ المخلوط فى زجاجة داكنة اللون ويستخدم ليلاً ونهاراً لمدة ستة أسابيع .

* إن عمل قناع تجميلى مرة كل أسبوع يساعد فى مقاومة تجاعيد الجلد، اخلطى معاً ٣٠ ملليلترا عسل نحل مع ٤ نقط من أى زيت عطرى تختارينه ، يغطى الوجه بطبقة من الخليط السابق ويترك لمدة عشر دقائق ، ثم يزال باستخدام الماء

الدافئ ثم يغسل بماء الورد ، وفى حالة كون الجلد جاف بعد هذا القناع يجب إعادة التطبيق مرة أخرى .

الزيوت التى يمكنك اختيارها :

- للجلد الجاف استعملى الورد .
- للبقع الجافة استعملى الجزر .
- للتجاعيد استعملى إكليل الجبل فى البداية ثم الورد .
- للرؤوس السوداء استعملى العرعر أو النارنج .

داء الثعلب Alopecia

داء الثعلب هو الاسم الطبى لفقدان الشعر ، وقد يكون هذا الفقدان جزئيا أو كليا ، وينتج عنه تكوين بقع خالية ، وإذا كان الفقدان جزئيا سمى Alopecia areata وإذا كان الفقدان كليا سمى Alopecia totalis ، ويشمل داء الثعلب ما يطلق عليه نمط الصلع الذكرى ، وهو عند الرجال وراثى عموماً ، ويختلف من عمر لآخر، وقد تعانى النساء في مرحلة عمرية معينة من فقدان الشعر أو نقص قطر الشعرة، وقد يحدث هذا أيضاً فى أوقات الثورات الهرمونية ، مثل أوقات الحمل وسن اليأس ، وقد ينتج فقدان الشعر من الإصابة بعدد من الأمراض ، مثل التيفوئيد على سبيل المثال ، وأيضاً بعد استخدام العلاج الكيماوى والإشعاعى ، وأيضاً من أتباع حمية سيئة أو من سوء التغذية ، ويساعد على فقدان الشعر أيضاً التعرض للإجهاد النفسى ، ولكن إلى حد بعيد يعد السبب الأكثر شيوعاً عند النساء هو معاملة الشعر بقسوة من خلال تكرار عملية الصبغ والتبييض (قصر الألوان) والتمويج (التجعيد)... إلخ ، وفى بعض حالات فقدان الشعر يكون السبب ناتجاً من إصابة الجلد بجروح وندوب وهى مناطق لا ينمو فيها الشعر .

المعالجة بالزيوت العطرية :

يعتبر التدليك عملاً فعالاً جداً فى علاج هذه المشكلة ، حيث يحفز الجلد فى الطبقة السفلى حيث يوجد جراب الشعرة .

التدليك باستخدام القراص Netlle وخلاصة نبات قرة العين Watercress يساعد ويشجع نمو الشعر ، وهو علاج فرنسى قديم ، يحضر ٦٠ ملليلترا من أوراق القراص المغلية فى ٥٠٠ ملليلتر ماء ، تغلى لمدة سبع دقائق بقوة ، وبعدها يترك يغلى برفق

لمدة ٢٠ دقيقة ، يرشح المغلى ويصب فى زجاجة ويضاف إليه ٤٥ ملليلترا من خل التفاح ، وتدلك فروة الرأس مرتين يومياً بقليل من هذا الخليط .

الزيوت المستخدمة فى التدليك :

زيت تدليك الفلفل الحلو :

زيت جوز هند (دافئ)	٢٠ ملليلتر	Coconut Oil (warmed)
زيت جنين القمح	٣ نقط	Wheatgerm Oil
زيت الفلفل الحلو	٦ نقط	Pimento Oil

تخلط المكونات معاً وتفرك فروة الرأس بكمية قليلة من الخليط عدة مرات كل أسبوع .

يعتبر زيت فجل الحصان من أهم الزيوت المناسبة للشعر ، ويجب استخدامه بعد فقدان الشعر بفترة قصيرة (مباشرة) وإذا لم تجد زيت فجل الحصان يمكنك استعمال عصير الجزر بدلاً منه .

زيت بذر العنب	٤٠ ملليلترا	Grapseed Oil
زيت فول الصويا	١٠ ملليلتر	Soya Oil
زيت جنين القمح	٢ نقطة	Wheatgerm Oil
زيت فجل الحصان	١٥ نقطة	Horseradish Oil

تخلط المكونات السابقة معاً وتدلك فروة الرأس بالخليط السابق برفق ، ويترك الزيت عدة ساعات على فروة الرأس ثم يغسل ويزال باستخدام شامبو متعادل .

زيت تدليك من الميريمية الشائعة :

تدليك فروة الرأس بغسول الميريمية يمنع تكوين زيوت وقشرة الرأس ويساعد على نمو الشعر وحالات داء الثعلب وفقدان الشعر عامة .

زيت فول الصويا	٥٠ ملليلترا	Soya Oil
زيت الميريمة الشائعة	٥ نقط	Clary Sage Oil
خل التفاح	٥ نقط	Cider Vinegar

تخلط المكونات السابقة معاً وتدلك بها فروة الرأس مرتين أسبوعياً ، ويمكن ترك الزيت ليلاً وحتى اليوم التالى إن أمكن ، وفى الصباح تغسل الرأس بالشامبو .

علاجات أخرى :

العلاج الرئيسى لمنع فقدان الشعر هو علاج غذائى فى الأساس وبدلاً من تناول الأقراص الدوائية يمكنك تناول كميات كبيرة من الأطعمة المحتوية على الفيتامينات والعناصر المعدنية ، فهى أفضل للشعر والشعيرات الدموية والدورة الدموية ، ويجب أن نضع فى الاعتبار أن أكثر الأشياء تقليلاً لمحفزات تكوين الشعر هو الشاى والقهوة ، ولذلك يمكن استبدالها بشراب الزهروات Tisanes (أزهار وأوراق البرتقال) وأيضا الزعتر ، النعناع ، الندغ (زعتر برى) Savory والترنجان Melissa .

كما أن الفيتامينات ، مثل F,C,B تعتبر عوامل مفيدة للشعر ويعمل كل من الكوبلت والحديد على تنظيم الدورة الدموية ويساعد النحاس على وقف سقوط الشعر ويعمل اليود على حماية الشعيرات الدموية ، ويعمل المغنسيوم كمقو عام .

يعتبر الإجهاد أحد الأسباب التى تزيد من سقوط الشعر ولذلك يفضل تناول الأغذية الطبيعية المحتوية على البروم Bromine مثل الهليون ، الكرفس ، الملفوف، البطيخ ، الكراث ، الفجل ، الزبيب .

الجلد المتصدع Cracked Skin

يعانى العديد من الناس من حالة الجلد المتصدع فى أياديهم وأقدامهم خاصة فى فصل الشتاء عندما يشتد الصقيع ، وهى حالة قد تكون شديدة الألم وتعطى مظهرا غير مرغوب فيه ، وقد تحدث حالة الجلد المتصدع من الإصابة ببعض الأمراض الجلدية مثل الصدفية .

المعالجة بالزيوت العطرية :

إخلطى ٤ نقط من زيت شجرة الشاى أو المر مع عشرة ملليلتر من زيت الخروع الدافئ قليلاً مع قطرتين من زيت جنين القمح ، تغطى الأيدى والأصابع بطبقة سميكة من المخلوط وتربط بشاش نظيف (طبقتان على الأقل) ويلبس عليها قفازات من القطن ، قومى بعمل ذلك فى الليل ويكرر عمل تلك المعالجة لوقت أقل فى الصباح الباكر ، يكرر لمدة أسبوع أو أكثر حتى يحدث تحسن فعلى .

وفى حالة عدم توافر الزيوت السابق ذكرها يمكنك استعمال أزهار البابونج وذلك بوضعها فى غلاية مزدوجة الجدار أو فى إناء لتسخين الماء ، تستعمل ملء ملعقة من رؤوس الأزهار مع ١٠٠ ملليلتر من زيت اللوز وعشرة ملليلتر من زيت الخروع وينقع

المخلوط لمدة ساعة فى ماء مغلى بلطف ثم يترك ليبرد وبعدها ترشح الأزهار من الزيت، ثم اغمسى يديك فى الزيت المعطر واتركيها داخل الزيت لمدة عشرين دقيقة على الأقل ، ويمكنك عمل نفس الشىء بالنسبة للأقدام مع زيادة كمية الخليط ليناسب حجم الأقدام ، وكلما زادت مدة وضع الأيدى أو الأقدام فى الزيت كانت النتيجة أفضل .

*** تركيبة لعلاج الجلد المتصدع والمتعرض للصقيع :**

يدفأ بلسم تولو بوضعه فى زجاجة توضع تحت صنبور ماء دافئ .

زيت لوز	٢ نقطة	Almond Oil
بلسم تولو	٢ نقطة	Baume de Tolu
زيت بابونج	٣٠ ملليلترا	Chamomile Oil

تخلط المكونات السابقة معاً ويدهن بها العضو المتأثر ثلاث مرات فى اليوم حتى يتحسن وبعد ذلك يدهن مرة واحدة في اليوم حتى تمام التحسن ، ويمكن ارتداء جورب قطنى أو قفاز للحماية مع لف الأيدى بالشاش .

التهاب الجلد Dermatitis

التهاب الجلد حالة عامة تعرف لغوياً باسم الإكزيما Eczema ويميزها حدوث التهاب ، ورم ، طفح جلدى ، حكة جلدية قد تؤدى إلى تكون بثور وندب ، وغالباً ما يزيد سمك الجلد ويتقشر وتتكون بقع تختلف فى شكلها عن باقى الجلد .

إن العديد من أشكال التهابات الجلد يكون مرتبطا بوجود حساسية وراثية وميل لحدوث الالتهاب ، مثل حساسيات الطعام المتمثل فى منتجات الألبان والمنتجات الجيلاتينية ، وهناك أناس آخرون يحدث لهم التهاب بسبب التعرض لبعض المركبات الصناعية ، مثل سوائل الغسيل ، رغوة الحلاقة ، مضادات العرق، وأكثر أشكال الالتهابات شيوعاً هو ذلك الحادث للرضع كرد فعل لأحماض البول ، وقد يظهر التهاب الجلد والإكزيما لأول مرة خلال فترات الضغط العاطفى أو الإجهاد الزائد .

العلاج بالزيوت العطرية :

* فى كلا المرضين يبدو الجلد حارا وجافا وبه حكة ، وقد يساعد فى تهدئة الحالة العديد من أنواع الغسول المتوافرة لدى الصيدلى (مثل الكلامين Clamine)، ويمكن استعمال بعض الزيوت الأساسية لكن العديد من أنواع الإكزيما والتهاب

الجلد ليس متوافقاً مع الزيوت ولذلك يجب استخدام الزيوت فى أول الأمر بحذر شديد ، ويمكن استعمال خلاصة البابونج القوية الباردة بوضعها على المساحات المصابة أو عمل زيت باستخدام نقطتين من زيت البابونج ، ونقطة واحدة من زيت الجزر و١٥ ملليلتر من زيت اللوز وخمس قطرات من زيت جنين القمح ، هذه التركيبة تساعد فى علاج الحالة .

* وهناك زيوت أخرى قد تساعد فى هذه الحالة ، مثل زيت الخزامى Aspic ، خشب السيدر Cedar wood ، والـ Niaouli .

* ولتجنب حدوث رد فعل بسبب تلامس الأيدى مع الآخرين يمكنك غسلها باستخدام الماء والصابون ثم فركها باستخدام الأقحوان ، الزهروات ، وأيضاً بقليل من البن Coffee المبلل بعد تركه فترة حتى يتخمر .

* ويمكن علاج الوجه بالتبريد من خلال رش الوجه بماء دافئ (يفضل ماء معدنى) باستخدام زجاجة رذاذ ، ويمكن استبدال الماء المعدنى بمنقوع البابونج، الأقحوان .

* يعتبر ظهور التهاب الجلد على الأيدى والرقبة علامة بارزة لمرضى الأغذية، مثل داء البلاجرا Pellagra الذى ينتج من نقص فيتامين B_3 ، حمض النيكوتينك ، النياسين ، ويرى هذا المرض لدى الأفراد الذين يتبعون حمية خاصة مكونة من الذرة الصفراء وقليل من بروتين ، ولعلاج الجلد المصاب تستخدم كمادات نبات رعى الحمام ، شاى الزعتر أو زيت مكون من ٥ ملليلتر زيت خروع وثلاث قطرات من زيت جنين القمح وقطرة واحدة من الـ Galbanum .

معالجات أخرى :

* بداية يجب معرفة السبب الذى أدى إلى حدوث التهاب الجلد أو الإكزيما فقد يكون من ملامسة الآخرين لذلك يجب تجنب كثرة ملامسة الآخرين أو ارتداء ملابسهم مثل القفازات ، وعليك زيارة الطبيب لتحديد السبب لحقيقى من خلال اختبارات خاصة .

* إن الناس الذين يعانون من الطفوح الجلدية لديهم غالباً نظام هضمى حساس ، كما أن اتباع حمية خاصة يلعب دوراً كبيراً فى معالجة الالتهاب والإكزيما ، وعليك تناول أطعمة غنية بالمعادن مثل الكبريت والفيتامينات ، والتى توجد فى

الخرشوف ، والخس ، الخيار ، الفجل ، قرة العين ، البندق ، وكذا عمل شوربات باستخدام كميات كبيرة من الكراث ، البصل ، البطاطس، الجزر ، فهى تحتوى على الكثير من المواد المطهرة للدم وأيضاً الزبادى ، العنب ، الليمون ، الأناناس فهى نباتات مفيدة جداً فى هذه الحالات.

مشاكل الشعر Hair Problems

يميل معظم الناس إلى الإعتقاد فى تعابير لون الشعر وحالته وطريقة تصفيفه متناسين أنه يخدم غرض مفيد أيضا وهو حماية فروة الرأس من درجات الحرارة الشديدة ويساعد على تنظيم درجة حرارة الجسم ، وهناك حوالى ١٠٠,٠٠٠ شعرة تنمو فى رأس الفرد فى فروة الرأس فى مساحة حوالى ١ سم^{٢} على مدى شهر ويختلف هذا الرقم قليلا من فرد لآخر .

وفى كثير من الأحيان يمكن اعتبار الشعر مثل الجلد ، حيث إنه يعكس الحالة الصحية الداخلية للفرد ، وتتكون الشعرة من مادة بروتينية تسمى كرياتين Keratin يجرى تصنيعها عن طريق جراب الشعرة ، وينمو الشعر معتمداً بشكل كبير على مدى التزود بالدم الذى يحمل كمية كافية من الأحماض الأمينية وفيتامينات F,A,B,C وعناصر معدنية كثيرة مثل الكالسيوم ، الخارصين ، الحديد ، النحاس وذلك إلى جراب الشعرة Follicle .

إن ضعف الصحة قد يكون مسئولاً عن نقص حيوية ولمعان الشعر ونقص عمر الشعرة ، وبينما يكون الشعر جزيئات الصبغة التى تكسب الشعر لونه المميز إلا أن الشعر قد يتحول إلى اللون الرمادى بسبب الإصابة بمرض ما أو التعرض لفترة كآبة عاطفية حادة ، لأن مثل هذه الأمور تتدخل فى عملية إنتاج الصبغة ، كما أن اتباع حمية غير مناسبة قد تؤدى إلى حدوث مثل هذه الأمور .

يُشكل الشعر من مادة حية ولكن الحقيقة أن الشعرة نفسها ميتة اعتباراً وذلك لعدم وجود أعصاب بها ، حيث لا تشعر بالألم عند قص الشعر ، وبعد فترة من الوقت فإن كل شعرة يتم استبدالها بشعرة أخرى جديدة ، ويتوقف ذلك على الحالة الصحية

للفرد والتغذية كما سبق ذكره ، إن كثيراً من مشاكل الشعر ليس من السهل السيطرة عليها مثل تشقق أطراف الشعر الناتج من الاستعمال الخاطئ للشامبوهات .

من المهم أن تعرف شعرك جيداً وهل هو عادى أو دهنى أو جاف ، وبجانب كل شعرة هناك غدة دهنية تعمل على تزييت الشعرة وتكسبها درجة من الحماية ، وفى حالة زيادة نشاط هذه الغدد الدهنية وإفرازها الكثير من الزهم (الدهن) Sebum أكثر من حاجة الشعر ، فإن ذلك يجعل الشعر دهنيا ، ويحتاج فى هذه الحاتلة إلى تكرار الغسيل لإزالة الزيادة من الزيت وتجنب زيادة تركيزه ، ويعمل الشامبو على إزالة الزيت من الشعر ولكن ذلك يحفز الغدد الدهنية على إنتاج المزيد من الزيت لتعويض المزال منه ، ومن ناحية أخرى فإن الغدد الدهنية الكسولة فى إنتاج الزيت تحول الشعر إلى حالة الجفاف ، وفى هذه الحالة يجب عدم استخدام مجففات الشعر الساخنة لأنها تزيد من فقد الشعر للرطوبة وتعمل على تجعيده ، كما يجب عدم التعرض لأشعة الشمس والرياح وماء البحر قدر الإمكان .

إن مشاكل الشعر ليست مرضاً له سبب محدد بشكل مباشر بل ترجع حالة الشعر المرضية إلى الاستعمال المفرط لآلات تسخين الشعر والصبغات أيضاً والغسيل باستخدام شامبوهات فائقة القوة .

هذه الأسباب جزء من الأسباب الرئيسية التى تسبب فقدان الشعر وأيضاً تكوين قشرة الرأس التى تعد أكثر مشكلات الشعر شيوعاً .

وفى هذا المجال يفيد استعمال الزيوت الأساسية (العطرية) ، حيث تؤثر على الغدد الدهنية وتنطبع وظائفها ، وهذه الزيوت مفيدة لكل أنواع الشعر كما أنها تجعل رائحة الشعر جميلة ، مثل زيت بتشولاى وزيت يانج - يانج .

العلاج بالزيوت العطرية :

* تستعمل خلاصة البابونج ، القراص ، إكليل الجبل ،. الميريمية بإضافة ملء فنجان منها إلى الشامبو الذى تستخدمينه لتخفيفه ، ويغسل الشعر بالماء الدافئ ، وفى النهاية يشطف بماء بارد مقطر أو ماء نقى .

* إذا كان شعرك دهنيا أضيفى ٦ قطرات من زيت بتشولاى إلى ١٥٠ ملليلترا من شامبو معتدل .

* وفى حالة الشعر الجاف يدلك مرتين فى الشهر باستخدام مكيف ما قبل الشامبو مكون من :

زيت بذر العنب	٣٠ ملليلترا	Grapeseed Oil
زيت جنين القمح	٣ نقط	Wheatgerm Oil
زيت الميريمية الشائعة	٨ نقط	Clary sage essential Oil

يدلك الشعر بضع دقائق وبعد ذلك تلف الرأس فى منشفة دافئة تساعد على احتراق الزيوت وتترك لمدة ساعة ، وبعدها يغسل الشعر لإزالة الزيت باستخدام شامبو لطيف بدون تخفيف هذه المرة ، وبعده يشطف الشعر بماء مضاف إليه عصير ليمون طازج للشعر العادى أو خل عصير التفاح للشعر الداكن ، وهذه الطريقة تجعل الشعر سهل التسريح ولامعا ، وهى تجرى للشعر المتشقق الأطراف بصفة خاصة .

معالجات أخرى :

* إن أتباع حمية Diet جيدة يُعد أول الأمور على طريق العلاج السليم ، وهو أسلوب أساسى للحصول على الشعر الصحى اللامع ، ويحتل البروتين مرتبة مهمة وكذا فيتامينات A,C,B ، ولكن يجب أن نضع فى الاعتبار أن هناك عوامل وراثية من الشيب والصلع المبكر لا يمكن منع حدوثها من خلال اتباع حمية خاصة أو أساليب التغذية .

* النظافة عامل مهم وضرورى للحصول على شعر صحى ، ويمكن استخدام شامبو معتدل لغسيل الشعر مرات متكررة حسب الرغبة .





الفصل الثانى عشر
جمالك بين السؤال والجواب

تمهيد :

أثناء عملى فى هذا الكتاب سألتنى زوجتى عدة أسئلة حول أساليب العناية بالبشرة، الشعر ، الأيدى .. والحقيقة أني جلست معها فترة طويلة ـ وهو أمر نادر الحدوث ـ أكتب وراءها ما يعن لها من أسئلة لأكتب فصلاً خاصاً يحمل السؤال والجواب ، وكان هذا الفصل .

*** كيف يمكن تطرية البشرة الخشنة ؟**

تحدث خشونة البشرة من التعرض لأسباب عديدة ، مثل العوامل الجوية السيئة أو استخدام مواد التنظيف الكيماوية بصفة مستمرة ، ويمكنك تطرية البشرة الخشنة وتفتيح مسامها باستعمال حمامات بخار من الماء المغلى المضاف إليه الزيزفون ثلاث مرات فى الأسبوع ، وأيضاً استعمال الخميرة البيرة المذابة فى قليل من الماء لتتحول إلى عجينة توضع على الجلد مباشرة فتعمل على تطرية ونعومة الجلد كما يمكن استعمال العسل .

*** أريد وصفة سهلة تفيدنى فى إزالة التجاعيد :**

يمكنك طلاء الوجه والرقبة بتركيبة مكونة من نصف ملعقة صغيرة من الزيت (زيت زيتون) وصفار بيضة مع إضافة عدة نقاط من عصير الليمون ، ويترك القناع على الوجه من ٢٠-٣٠ دقيقة ثم يزال باستخدام ماء فاتر .

*** يجعلنى حب الشباب أبدو فى صورة سيئة نفسياً وشكلياً ولا أفضل الإستعانة بالمركبات الكيماوية ، فهل لى من طريقة طبيعية لحل هذه المشكلة؟**

يمكنك شرب أربعة أكواب من مستحلب نبات القراص يومياً مع تجنب تناول الأطعمة الدسمة والثقيلة ، ويفيد أيضاً مستحلب ورق الجوز الذى يحضر بنقع ملعقة صغيرة من ورق الجوز المفروم فى ربع لتر ماء لمدة ١٢ ساعة ، ثم يغلى النقيع على نار هادئة بعدها يصفى ويضاف المصفى إلى الماء المستخدم فى غسيل الوجه .

ويمكن أيضاً استعمال القراص فى صورة لبخة ، وذلك بإضافة معلقتين صغيرتين من العشبة لفنجان ماء وتوضع اللبخة على الوجه عدة مرات ، ويمكن الشرب

والتلبيخ باستعمال مغلى الجذور الفضة لنبات الأرقطيون لأنها تعمل على تخليص الجسم من السموم وتنقى الجلد من حب الشباب ، ومن الدمامل والقروح وحتى من السكر فى البول ، ويعمل المغلى من ملعقة صغيرة من الجذور المفرومة مع فنجان من الماء ، ويمكن شرب ثلاث فناجيل يومياً لمدة شهر ونصف الشهر .

كما يفيد استعمال مستحلب الزعتر البرى القصير وذلك بإضافة ملعقة صغيرة من الزعتر إلى فنجان ماء ، ويستعمل المستحلب شراباً وفى صورة لبخة ، وهو مفيد فى حالة حب الشباب والبثور الأخرى التى تصيب الوجه (راجعى الفصل الحادى عشر ـ حب الشباب) .

*** ماذا أفعل فى جلدى الذى يبدو كأنه مغطى بالصدف أو بقشر السمك؟**

لعلاج هذه الحالة التى تسمى بالجلد المتصدف يمكنك شرب مستحلب القصعين أو الصعتر ، وعمل لبخة منهما وذلك بإضافة ملعقة صغيرة من هذا أو ذاك لفنجان ماء ، أو تنظيف تلك الأصداف باستعمال زيت الزيتون أو زيت اللوز الحلو ، ويفيد فى إزالة الأصداف وضع لبخة عليها مع شرب مستحلب من ورق الجوز قوامه نصف ملعقة صغيرة تضاف إلى فنجان ماء فى حالة الشرب وفى حالة استعمال اللبخة تغلى ملعقة صغيرة من هذا الورق فى فنجان ماء ، ويفضل الشرب عدة مرات يومياً من مستحلب القراص المصنوع من قبضة من الورق فى لتر ماء أو عمل لبخة والشرب من مستحلب الورق وزهر القصعين ، ملعقة صغيرة لكل فنجان ماء .

*** شعرى خفيف جداً ويعانى من مشكلات كثيرة ، والصبغات الكيماوية تتعبه أكثر ، فماذا أفعل لتلوين خصلات الشعر البيضاء ؟**

عرفت الحنة (الحناء) العربية منذ مئات السنين باعتبارها أفضل الصبغات الصالحة للشعر وهى أفضل كثيراً من الصبغات التى يدخل فيها ماء الأكسجين، وهى تلون الشعر دون إحداث أى ضرر للشعر .

*** ماذا أفعل ورموشى تتساقط بشدة ؟**

الرموش تمثل خط الدفاع الأول لحماية العين وهى أيضاً أحد صور جمال المرأة والعينين ، وكلما كانت الرموش كثيفة أعطى شكلاً جميلاً للعين ، وتحتاج الشعرة فى رمش العين ما بين ٦-٩ شهور لتنمو من جديد بعد سقوطها ، لذلك وحتى لا تسقط شعرات الرموش عليك أولاً إزالة مكياج العين قبل النوم وبلطف وبواسطة «مزيل مكياج العين» وبعد تنظيف العيون يمكنك طلى رموشك بزيت الخروع أو

زيت الزيتون ، وتجنبى استعمال الآلات الحادة التى تستعمل لثنى رموش العين فهى شديدة الضرر .

*** أحياناً أضطر إلى استعمال يداى فى غسيل بعض قطع الملابس التى لا يفضل غسلها فى الغسالة الآلية مما أدى إلى تجعد جلدى فماذا أفعل ؟**

علاج هذه الحالة بسيط جداً وذلك بتدليك الأيدى بقليل من زيت الزيتون أو زيت الخروع .

*** بشرتى حساسة فأى الأقنعة تنصحنى باستعمالها ؟**

اصنعى عجينة لينة من دقيق غير منخول (يحتوى على الردة) وضعيه فوق وجهك لمدة عشرين دقيقة .

*** رغم علمى بأن التدخين ضار إلا أننى لم أستطع التخلص من هذه العادة مما ترك على أسنانى لوناً أصفر ، فكيف أزيله ؟**

لإزالة صفار السجائر من أسنان المدخنين تدلك الأسنان بأوراق غضة من عشبة القصعين (المريمية) .

– * أحب دائما أن تكون أظافرى لامعة جميلة فكيف أحافظ عليها فى حالة صحية جيدة ؟

لحفظ الأظافر فى حالة من الجمال الدائم تغمس فى مستحلب مكون من نصف ملعقة من القراص ، ومثلها من إكليل الجبل وأيضاً الخزام مضافاً إليها كوب ماء ويمكن أيضاً شرب هذا المستحلب .

*** يؤرقنى دائماً إحساسى بشحوب بشرتى بصورة دائمة ، فأى الأعشاب أستعمل ؟**

إن نبات ثوم الدببة (الثوم البرى) قادر على تنقية الدم مما يجعله علاجاً فعالاً لحالة شحوب البشرة المزمن ويمكن جمع أوراقه فى الربيع وأكلها نيئة وتغسل الأوراق وتفرم فرماً ناعماً وترش فوق الطعام مثل البقدونس ، ويمكن إضافتها أيضاً للسلطة ، ولأن تجفيف ثوم الدببة يقضى على فعاليتها لذلك وللاستفادة منه طوال العام يمكن عمل صبغة من ثوم الدببة وذلك بأخذ ١٠–١٥ نقطة من الصبغة أربع مرات فى اليوم وذلك بإضافتها إلى كوب من الماء الفاتر ، ويفيد أيضاً تناول كوب من مستحلب الهندباء البرية صباحاً على أن يؤخذ رشفاً وأيضاً يمكن شرب كوبان من مستحلب رجل الأسد رشفاً يومياً ويفيد فى تنقية الدم أيضاً لسان الحمل وذلك بعمل مستحلب يشرب منه ١–٢ كوب رشفاً يومياً .

طريقة عمل الصبغة :

الصبغة تعبير طبى يعنى الدواء محلولاً فى كحول نقى ، وتحضر الصبغة من الأعشاب والنباتات الغضة والمجففة على حد سواء وذلك بوضع كمية من الأعشاب والنباتات الغضة المقطعة أجزاء صغيرة فى زجاجة ، وتضاف إليها كمية مناسبة من الكحول ثم تسد الزجاجة سداً محكماً وتترك فى مكان لا تقل حرارته عن ١٥-٢٠ م لمدة ثلاثة أسابيع على أن ترج الزجاجة مرات عديدة خلال هذه الفترة وبعد ذلك تصفى محتويات الزجاجة بقطعة من الشاش وتعصر جيداً لاستخراج السائل كله منها، وبذلك نحصل على الصبغة المطلوبة .

*** أحب أن تبدو بشرتى ناعمة وردية اللون فما السبيل لذلك ؟**

اعصرى ليمونة وأضيفى إليها بضع نقط من الماء ويطلى به الوجه .

*** ماذا أفعل لبشرتى الدهنية ؟**

المعدة بيت الداء لذلك لابد من الاعتناء بصحة الهضم ولين الأمعاء والإقلال من شرب الشاى والقهوة ، ويفيد طلاء الجلد بمستحلب الأخيليا أو البلوط لتعويض الفاقد من الأحماض ، فالإفراز الطبيعى من الدهن والأحماض الدهنية يقى الجلد من ارتفاع درجة الحرارة ، كما أنه يقتل الجراثيم التى تصل إليه .

*** كيف أجعل حواجبى جميلة ؟**

تنظف الحواجب بفرشاة فى اتجاه معاكس لشعر الحاجب ثم يعاد بالأصابع لاتجاهه الطبيعى ، ويمكن دهانه بقليل من الزيت لإعطائه رونقاً وشكلاً منمقاً .

*** كيف يمكن علاج الحبوب السوداء التى تظهر على وجنتى وجبهتى وأنفى ؟**

تنتج الحبوب السوداء من تراكم الإفرازات الدهنية فى مسام الجلد والتصاق ذرات التراب والغبار بها ، ويساعد غسول نبات بقلة اللبن (جاليون حقيقى) فى جلاء هذه الآفة وذلك بغسل الوجه يومياً بهذا الغسول ، ويفيد أيضاً وبشكل فعال عصير نبات بقلة اللبن المحضر بالعصارة الكهربائية وذلك بوضع العصير على الوجه ويترك ليجف .

ولأن الحبوب السوداء تتكون بسبب زيادة الإفراز الدهنى لذا وجب إزالة الدهون بدون استخدام الماء والصابون ولكن باستخدام قليل من الردة وتعجن فى راحة اليد بقليل من الماء حتى تتحول إلى عجينة رخوة فتوزع على الوجه وتدلك برؤوس الأصابع بحركات دائرية وبهذا التدليك يزول الدهن عن الوجه معه الحبوب الصغيرة وكذا القشور السطحية للجلد .

لكن هذه الطريقة لا تفلح فى حالة الحبوب السوداء الكبيرة ، بل يحتاج الأمر إلى إعداد خاص وذلك باستعمال كمادات رطبة حارة قدر المستطاع على الوجه وذلك بغمس قطعة من القماش النظيف بمستحلب البابونج الساخن ثم تعصر وتوضع فوق الوجه وتستبدل عدة مرات كلما انخفضت درجة حرارتها ، وتعمل هذه الطريقة على تطرية الحبوب السوداء ، ويجب مراعاة النظافة التامة وعدم استعمال الأظافر فى إزالة الحبوب السوداء بل تزال بالضغط عليها بالأصابع ، وبعد إخراج كل الرؤوس السوداء، يعقم جلد الوجه بمسحه بمحلول البوريك ثلاثة فى المائة أو بالكحول المخفف ٧٠٪ حتى لا تصل الجراثيم المنتشرة على بشرة الوجه إلى المسامات المفتوحة وتحدث فيها التهابات تترك آثاراً فى صورة ندوب صغيرة ، وفى حالة وجود الحبوب السوداء بكثرة تستخدم الخميرة البيرة بعد وضع قطرات قليلة من الماء وتعجن لتصبح لينة القوام ثم يطلى بها الوجه ، وبعد ربع ساعة من جفافها فوق الوجه تزال بدلكها بحركات دائرية برؤوس الأصابع حتى يزول معها أكثر الحبوب السوداء ويبقى جزء صغير يمكن علاجه بالطريقة الأولى ، وبجانب هذه المعالجات يجب تعديل الغذاء بتناول الفواكه والخضراوات واللبن الرائب والحليب لإمداد الجسم بفيتامين E.A .

*** تتشقق شفتاى باستمرار وهو أمر مزعج فماذا أفعل ؟**

يمكنك استخدام لبخة توضع على الشفتين تصنع بغلى زهر البابونج أو الزعتر أو إكليل الجبل أو تدهن الشفتان ثلاث مرات يومياً بدهن اللوز الحلو أو دهن زيت الورد .

*** تظهر على أجزاء مختلفة من جسدى أحياناً تآليل فبماذا تنصحنى ؟**

أحد أسباب الثآليل هو التهاب الكبد الفيروسى ، وتظهر هذه الثآليل فى أى مكان بالجسم ولو أنها تتركز دائماً على اليدين وأخمص (بطن القدم) القدمين وهى تختفى تلقائياً كلما برزت ، هذا فى حالة عدم العبث بها لكننا لا نستطيع أن نتكهن بوقت زوالها ، أما الثآليل المزمنة فخير علاج لها الجراحة ، ويمكن إضافة نقطة أو نقطتين من عصير البرتقال إلى أى كريم للبشرة ويستعمل هذا المزيج دهاناً لثآليل ، ويمكن التدليك بزيت الخروع دلكاً جيداً ليدخل الزيت داخل التآليل عدة مرات فى اليوم .

*** النمش أو البهاق مرضان جلديان يشوهان شكل البشرة فما العلاج ؟**

النمش بقع صغيرة ملونة تشبه السمسم تنتشر فى الوجه ، أما البهاق فهو انتشار بقع صغيرة أو كبيرة تأخذان لون الشاى بالحليب وقد تظهر على الوجه أو على أجزاء

واسعة من الجسم ، ويمكن علاج هذه الحالة باستخدام حبة البركة ، الخلة ، الفراولة ، الليمون ، وذلك بتصفية عصير خمس حبات من ثمار الفراولة فى قطعة ناعمة من القماش مع إضافة بياض بيضة وخمس نقاط من ماء الورد وعشر نقط من صبغة صمغ جاوة ، وتمزج هذه المقادير معاً وتوضع على الوجه وتترك لمدة ساعة ترفع بعد ذلك بغسل الوجه بماء فاتر مضافاً إليه قليل من بيكربونات الصوديوم بنسبة ١٥ جراما لكل لتر ماء ، ولإزالة النمش والحبوب السوداء من الوجه يرطب فى المساء بماء دافئ ثم يطلى بمزيج متساوٍ من عصير الليمون والجلسرين والكحول ، وفى الصباح يرطب الوجه مرة أخرى بماء دافئ ثم تعصر الحبوب السوداء بين الأصابع بقطعة من القطن المعقم وتكرر هذه العملية لمدة أسبوع .

*** ظهر فى قدمى من أسفل كتلة جلدية سميكة (الكالو) فكيف تزال ؟**

الكالو عبارة عن نمو زائد فى طبقة الجلد القرنية أسفل القدم وتنتج من الضغط المستمر على القدم ويرجع هذا فى العادة إلى ارتداء حذاء غير مناسب للقدم لفترة طويلة وقد يسبب الكالو آلاماً مبرحة تمتد فى بعض الأحيان للركبة، ونشير هنا إلى أن علاج الكالو يجب أن يصاحبه تغيير الحذاء بحيث تتوافر فيه شروط الراحة ، ويمكن استخدام حبة البركة واللبلاب والبصل بوضع شريحة من البصل فى المساء وتربط بضمادة أو مشمع لاصق وتكرر العملية فى المساء وبأستمرار حتى يتم نزع الكالو فى حمام الماء الدافئ والصابون ، ولابد أن أشير هنا إلى أن هناك اختلافاً بين الكالو وبين عين السمكة التى تظهر فى الأيدى والأصابع بسبب التعرض لعطسة الحصان الحامل لنوع من الفيروسات تسبب هذه الحالة والحقيقة أننى جربت استخدام حمض الخليك الثلجى وهو سهل الحصول عليه من بائعى المواد الكيماوية أو الصيدليات ويستخدم بغمس رأس عود الكبريت الخشبى فى الحمض ثم تشرب عين السمكة عدة مرات فى اليوم مع الحذر من ملامسة هذا الحمض للجلد حتى لا تسود المناطق الجلدية المحيطة بعين السمكة وبعد تكرار العلاج سوف نلاحظ تهتك الأجزاء العلوية من عين السمكة ويمكن إزالتها بالقص وباستمرار العلاج سوف تختفى عين السمكة ، دون أن تترك أدنى أثر وهو علاج فعال جداً وأفضل من كل العلاجات لأنه يعمل على قتل الفيروس المسبب لهذه الحالة .

*** تصدر من فمى رائحة غير سارة فماذا أفعل ؟**

أسباب صدور رائحة من الفم متعددة ولابد من تدخل الطبيب قبل العلاج لتحديد السبب ، فقد يكون مرجع ذلك إفرازات الأغشية المخاطية فى مسالك الأنف أو التهاب

اللوزتين أو سوء الهضم أو عدم تواجد مقدار كافٍ من أحماض المعدة وأيضاً تقرحات الفم ، فإذا كان السبب اللوزتين يمكن المضمضة بمستحلب القصعين وإذا كان السبب تقرحات الفم يفضل المضمضة بمستحلب بقلة اللبن الفاتر أو بما بين ٣٠-٤٠ من صبغة المر المذابة فى ماء فاتر ، ويمكن غالباً معالجة الرائحة غير المحببة بتناول نقاط من زيت الخمان المذابة فى ماء فاتر على أن تسرب رشفاً ، أما فى حالة تشقق اللسان فيمكن إزالتها بتناول نصف ملعقة صغيرة من صبغة الأفسنتين مذابة فى كوب ماء .

وهناك علاج منفر بعض الشيء لرائحة الفم الكريهة يتمثل فى أكل البصل ، فالبصل قاتل للعديد من الجراثيم فضلاً عن تنقية الجسم من السموم وحمايته من السرطان ، ويمكن إزالة رائحة البصل فتزول بمضغ ورقات من البقدونس الطازج أو تناول ملعقة من العسل قبل الأكل بحوالى نصف ساعة .

*** تعرضت أظافر قدمي لإصابة فطرية ، ما علاجها ؟**

تصيب الفطريات الطيات بين الأصابع وأخمص القدم وأظافره مسببة مرض يطلق عليه اسم «قدم الأصليت» وهو مرض معدى ينتقل فى البانيو والدش والمسابح والحمامات العامة ، ويعتبر القراص مفيدا جداً فى علاج إصابة عنيدة كهذه ، حيث تغمس القدمان فى غسول من القراص لمدة عشرين دقيقة مع الحرص على بقاء عشبة القراص فى الغسول ، كما يفيد وضع صبغة جذر القراص على الظفر المصاب عدة مرات فى اليوم ولا بأس من شرب أربعة أكواب على الأكثر من مستحلب القراص رشفاً يومياً .

*** كيف يمكن إصلاح عيب شفتى عن طريق القلم المخطط ؟**

قلم التخطيط أو الكونتور ابتكر أصلاً لتكبير أو تصغير الشفاه أو لتحديد الشفاه ورسمها وجعل الشفة العليا تتساوى حجماً مع السفلى وبالعكس ، وهناك نساء يلجأن لاستعماله رغم عدم حاجة شفاههن إليه ، ولكنهن يستخدمنه فقط لتحديد شكل الفم قبل وضع أصبع أحمر الشفاه فى وسط الشفتين ، ويمكن تكبير الشفاه الصغيرة برسم القلم فى آخر الشفه ، وإذا كانت كبيرة يرسم القلم من زاوية الشفاه صعوداً نحو منتصف الفم ، أى أن القلم يأكل من هذه الناحية من حجم الشفتين لتقليل مساحتهما .

*** هل هناك علاقة بين تقدم العمر وترهل جلد العنق وكيف أعالج الترهل ؟**

لا توجد علاقة مباشرة بين التقدم فى العمر وترهل الجلد فى منطقة العنق فهناك

نساء فى الثلاثين من العمر ويترهل جلد عنقهن ، وهناك نساء تخطين الخمسين ولم يتهدل جلدهن لأن العناية اليومية تعطى مفعولا أكيدا ، ولكن يجب أن نضع فى الاعتبار أن هناك أمراضاً تؤدى إلى تهدل الجلد فى مناطق مختلفة من الجسم ، فالغدة الدرقية مثلاً قد تنفخ العنق وعند إزالتها وعودة العنق إلى حجمه الطبيعى نجد أن الجلد يتهدل بسبب الضعف بعد السمنة ، كما أن النوم غير المريح قد يسبب تهدل وتجعد الجلد وظهور خطوط واضحة وقلة الحركة أيضاً ، وانحناء الرأس مدة طويلة ومتواصلة أثناء العمل أو القراءة أو الكتابة يؤدى إلى تكون التجاعيد وأفضل علاج لهذه الحالة هو تدليك العنق يومياً قبل النوم ويمكنك أيضاً وضع قليل من الحليب فوق العنق ويدلك بخفة ثم أزيلية بمنديل ورقى وضعى بعده عدة نقط من كريم مغذ ، وابدئى التدليك من أسفل الوجه عند الفم نزولاً إلى آخر العنق أعلى الصدر ، قومى بهذه العملية عدة مرات متتالية ثم انقرى بضربات ناعمة على منطقة العنق والذقن لتحريك الدورة الدموية جيداً وبعد ذلك أخلدى للنوم فوق مخدة صحية.

ويمكنك عمل أقنعة فى المنزل من شرائح الخضار والفواكه والعسل واللبن الجامد، خذى ثمار الفواكه الطازجة الموسمية وقطعيها إلى شرائح ووزعيها على بشرتك وعنقك واتركيها لمدة عشر دقائق ثم أزيليها واغسلى الجلد بعدها بالماء الفاتر ، ويمكنك أيضاً وضع العسل أو ترك اللبن مدة يوم خارج الثلاجة ليميل إلى الحموضة ، ضعى معه شرائح الخيار ووزعيه على عنقك واتركيه ربع ساعة ثم أزيليه واغسلى الجلد بعده ، هذه الأقنعة يمكن وضعها أسبوعياً أو مرة كل ثلاثة أيام .

*** إحدى عاداتى السيئة هى التهام أظافرى وأريد علاجاً لذلك .**

تعالج هذه الحالة بوضع صبغة الغافث عدة مرات على المنطقة المصابة أو باستخدام مرهم الأذريون ، ويفيد أيضاً تكميدها بمسحوق الثوم أو وضع لبخة مصنوعة من لتر ماء غلى فيه قبضة من كنباث الحقول لمدة عشرين دقيقة ويمكن ذر مسحوق زهر البابونج على موضع الإلتهاب .

*** أظافرى تتقصف فما السبيل إلى العلاج ؟**

الثوم يعالج الأظافر المتقصفة وذلك بقطع فص الثوم نصفين وتفرك الأظافر بالسطح المشقوق عدة مرات يومياً ، ويمكن أيضاً غمس الأظافر فى مستحلب الجوز وهو مفيد أيضًا فى علاج الأصابع المتقيحة ، وتغمس الأظافر المتقصفة أيضاً فى مستحلب الخزام ورقاً وزهراً ، فهى تحتوى على أملاح السيليكون والكالسيوم والكبريت التى تعتبر ضرورية لصحة الأظافر .

*** ما هى أفضل الطرق لإزالة الشعر عن الساقين ؟**

كل الطرق سليمة ومضمونة عدا استعمال ماكينة الحلاقة الخاصة بزوجك فهى تقطع الشعرة لتعود إلى الظهور مرة أخرى والشعرة التالية تكون قوية بسبب قص رأسها وتكون سوداء ، لذلك فهذه الطريقة لابد من إزالتها من قاموس النساء ، وأفضل الطرق هى استعمال الحلاوة (السكر المذاب مع عصير الليمون والمعقود على النار) مع دهن الجلد بكريم ملين بعد إزالة الشعر .

*** بشرة وجهى جافة وتفرز عنها قشور صغيرة تشبه النخالة فماذا أفعل ؟**

الإفراز المفرط لهذه القشور معناه تعرض البشرة للالتهاب ، ولابد أولاً من تنظيف البشرة جيداً بمنظف جيد ثم غسلها بمستحلب أحد الأعشاب التالية : البابونج ، إكليل الجبل ، كنبات الحقول ، ويفضل عدم تجفيف الوجه بعد الغسيل وتركه يجف فى الهواء .

*** طبيعة عملى تجعلنى أتعرض لأشعة الشمس التى تصيبنى بالحروق فماذا يفيدنى غير الأدوية الكيماوية ؟**

إذا كانت الحروق ذات احمرار بسيط فيمكن استخدام اللبن الطازج أو لصقة (لزقة) من ورق الكرنب المدقوق أو عمل لبخة من زهرة الخميرة البرية (البلدية) (ملعقة متوسطة لفنجان ماء) وفى كل أنواع الحروق يمكن استخدام زيت بقلة يوحنا المحضر بزيت الكتان بدهان مكان الإصابة عدة مرات .

*** يحرجنى دائماً وجود قشرة فى رأسى فماذا تفعل لو كنت مكانى ؟**

من الطرق الفعالة فى علاج قشر الرأس استعمال غسول نبات كنبات الحقول مرة فى اليوم مع إلحاقه بتدليك فروة الرأس بنوعية جيدة من زيت الزيتون ، ويحضر الغسول بسكب لتر من الماء الساخن إلى وعاء يحتوى على أربع ملاعق صغيرة من كنبات الحقول وتترك منقوعة لنصف دقيقة قبل تصفيتها ، ويغسل الشعر بالكامل بالسائل مع فركه جيداً دون غسله بالماء بعد ذلك ، وتدلك فروة الرأس بزيت الزيتون

والشعر لم يزل مبتلاً ، ويفيد غسله بغسول القراص الذى يعد بسكب نصف لتر ماء ساخن داخل وعاء يحوى ملعقتين صغيرتين من القراص الذى يترك منقوعاً لمدة نصف دقيقة قبل تصفيته ويغسل الشعر بنصف مقدار السائل مع استعمال صابونة مصنوعة من زيت الزيتون بدلاً من الشامبو ثم يغسل بالنصف الآخر من السائل ولا يغسل الشعر بالماء مباشرة بعد ذلك ، وتكرر العملية مرة فى الأسبوع .

وهناك وصفة بلدية يدق فيها أربعة رؤوس من الثوم توضع فى زجاجة بيضاء بها كمية من الكحول ٣٨-٤٠٪ وتترك فى الشمس عشرة أيام وترج أثناءها ثم تصفى لتفرك با بفروة الرأس مرتين يومياً .

وهناك أيضاً علاج بسيط حيث يرش الملح الناعم على الشعر وتدلك به فروة الرأس برؤوس الأصابع ثم ينظف بمشط دقيق الأسنان أو يسكب فى كوب مقدار ربعه من خل التفاح ثم يضاف إلى الخل ضعفاه من الماء وبعض الملح الناعم ثم يغمس المشط فى المزيج ويسرح به الشعر مرتين أو ثلاث مرات يومياً .

*** بشرتى واسعة المسام فكيف أعتنى بها ؟**

خذى نصف ملعقة من مسحوق البطاطا الذى يعد بتقطيع شرائح رقيقة جداً وتترك فى الشمس حتى تجف تماماً ثم تسحق وتنعم جيداً مع قليل من الماء ، وهناك قناع آخر يتكون من عصير ليمونة مخفف ببضع نقاط من الماء .

*** بشرتى عادية فأى الأقنعة أفضل لها ؟**

يمكنك استخدام قناع مكون من ملعقة من الأكسجين مع ملعقة من الحليب الساخن ونصف ملعقة من مسحوق بذر الكتان ، أو عمل قناع مكون من ملعقة عسل مع مسحوق قرصين من خميرة البيرة وملعقة من الحليب .

فى كل أنواع الأقنعة يمكن وضع المواد فوق الوجه مباشرة أو فوق قطعة نظيفة من الشاش وتغطية الوجه بها وعندما يراد نزع قطعة الشاش تبلل من الخارج وتسحب برفق من أعلى لأسفل إلى أن يتم نزعها كلياً .

*** تصاب أصابعى بالتثليج فى بداية الشتاء فهل من علاج ؟**

يمكنك عمل حمام الأيدى المتعاقب حار ـ بارد ، على أن يُبدأ فيها دائماً بالحار ويختتم بالبارد ، وهناك وصفة منزلية أيضاً لمعالجة التثليج فى الأصابع منها تغطية الأصابع المصابة مساءً عند النوم بشرائح من البصل وتربط لتظل فوق الأصابع طيلة الليل ، أو عمل حمام للأيدى المصابة باستخدام مغلى قشر البلوط.

والتثليج فى أصابع القدمين يتطلب وقاية القدمين من الرطوبة بتغيير الشراب كلما ترطب بالعرق واستعمال أحذية مكشوفة وكذا عمل حمامات متعاقبة (حار – بارد) منذ مطلع الخريف وحتى مطلع الربيع يومياً فى المساء ، ويفيد أيضاً تدليك القدمين بفرشاة خشنة لحفز الدورة الدموية فيهما .

*** شعرى دائماً فى حالة هياج فهل من مثبت طبيعى ؟**

انقعى جزئين من بذور السفرجل إلى مائة جزء من الماء ينتج عنه لوسيون جيد لتثبيت الشعر من التطاير مع الهواء والحفاظ على تسريحة معينة لمدة لا بأس بها .

*** أريد إضفاء اللون على شعرى فهل من عشب لذلك ؟**

للحصول على شعر لونه أسود مع بعض الاحمرار فعليك بمستحلب قوى من الشاى مع بصلة مبشورة ، وللحصول على شعر أسود فقط تغلى ورقات من السماق أو البطم ، ويفرك الشعر بمائها كل يوم . ولجعل لون الشعر أشقر تفرك فروة الرأس بغسول قدره لتر ماء غليت فيه قبضتان من زهر البابونج وهو مقو للشعر أيضاً .

*** أعانى من انهمار مزمن للدمع فى عينى بسبب وبلا سبب فماذا أفعل؟**

يمكنك استعمال مستحلب الأخيليا فهو يقدم مساعدة جيدة فى هذه الحالة وذلك بشرب ٢–٣ أكواب من هذا المستحلب فى اليوم رشفاً .

*** أريد حماية شعرى لوقايته قبل أن يصاب بالأمراض .**

يمكنك غسل الشعر برفق بغسول البابونج وبشكل منتظم يحفظه براقاً عطراً وليناً ، وبعد الغسيل يجفف الشعر بنعومة بالمنشفة ولا يشطف بالماء بعد الغسول.

*** هناك شعر كثيف نسبياً فى أنحاء جسدى فهل من علاج نافع ؟**

يعتبر عصير زهر الربيع فعالا فى هذه الحالة حيث تعصر السويقات والأزهار والأوراق الغضة ثم يوضع العصير على الأماكن المشكو منها ، ويترك لساعات قبل الغسل بالماء والصابون وبعد تجفيف البشرة يفضل استعمال زيت البابونج تدليكاً ، ومن المفيد أيضاً تقوية مفعول عصير زهرة الربيع المستخدم من الخارج على البشرة بشرب أربعة أكواب على الأقل من مستحلب القراص يومياً .

*** أعانى من العرق بكثرة فما السبيل لعلاج ذلك ؟**

يفيد استعمال جرعة بسيطة من فطر الغار بمقدار حوالى ١٨ ,٠ جراماً، وهى مفيدة لتخفيف التعرق وكذلك لإيقاف إدرار الحليب عند الأم بعد الفطام.

*** أشكو من تساقط شعر الحاجب فما الحل؟**

فى هذه الحالة من المفيد استعمال عصير الهندباء البرية وذلك بمضغ سويقات الهندباء البرية ووضع العصير المستحلب على الحاجب .

*** ماذا أفعل تجاه قشب اليدين ؟**

عليك بفرك منطقة القشب مرتين بمزيج متعادل من الجليسرين والحليب والكولونيا ، أما تشقق اليدين فيعالج بمسحوق زهر البابونج أو الزعتر غلياً وتلبيخاً، أو بغسول ورق الجوز ، قبضة من الورق لكل لتر ماء .





قاموس المصطلحات

الكحول المطلق **Absolute acid**

هو كحول إيثيلى لا يحتوى على أكثر من ١ ٪ ماء .

أستيك (حمض) **Acetic acid**

سائل رائق عديم اللون أو بلورات ذات رائحة حادة ، قابل للإمتزاج مع الماء والكحول ، يعرف بأسم Ethanoic acid تركيبه Ch_3 .CooH يدخل فى صناعة صباغة الصوف كمثبت للألوان .

أسيتات (خلات) **Acetate**

ملح حمض الخليك أو ناتج الأستلة لهذا الحمض مع أمثلتها أستيات الصوديوم Ch_5 , COOna

أكسيد الزنك **Zinc oxide**

مركب كيماوى يستعمل فى البويات والمشمعات للتلوين وعامل تقوية للمطاط وقابض خفيف للأنسجة الحية فى الطب ، ومقاوم فى صباغة المنسوجات ويستخدم كذلك فى تركيب أنواع خاصة من الأسمنت وصناعة مستحضرات التجميل ورمزه ZnO .

بنزالدهيد (زيت اللوز المر) **Benzaldehyde**

وسيط مهم فى تخليق الصبغات والعطور والعقاقير الطبية ومستحضرات التجميل ومذيب للراتنجات ومشتقات السليلوز ، تركيبة الكيماوى . C_6H_6 . CHo

بوراكس **Borax**

مادة تستعمل فى الكيماويات وصناعة الزجاج والسيراميك وفى الصباغة والدوائيات والزراعة وغيرها .

برافين **Paraffin**

مزيج من الهيدروكربونات الصلبة المشبعة فى صورة كتلة صفراء أو بيضاء درجة إنصهارها من ٥٠–٧٠°م ، تذوب فى البنزين ، ويحضر من البترول ، يدخل فى صناعة الورق ، الشموع ، المنظفات وغيرها .

تعطير **Aromatization**

تشكل الهيدروكربونات العطرية جزءاً من مركبات الفصائل الأخرى ، وعلاوة على ذلك فإن عمليات التعطير تجرى أثناء الاصطناع البيوكيميائى الذى يحدث فى النباتات والحيوانات والكائنات الحية الدقيقة ، وفى الصناعة ، وفى عملية تعطير المنتجات .

حمض الساليسيليك **Salicylic acid**

بلورات إبرية بيضاء مرة الطعم تذوب فى الماء الساخن ، ويوجد فى الطبيعة فى حالة حرة فى أوراق أزهار بعض النباتات مثل الأقحوان والبابونج وإكليلية المروج وغيرها ، ويحضر فى الصناعة ويستعمل فى حفظ المواد الغذائية والطب وبعض مستحضرات التجميل .

حمض السيتريك **Citric acid**

بلورات تذوب بسهولة فى الماء ، يوجد فى بعض الثمار خاصة الحمضيات، يدخل فى صناعة الأدوية والصناعات الغذائية وغيرها .

حمض الماليك (حمض التفاح) **Malic acid**

حمض ثنائى القاعدة يوجد فى التفاح غير الناضج وفى العنب ويعتبر ناتجاً وسطياً فى التفاعل المؤكسد الحادث أثناء عملية تنفس الحيوان والنبات ويستعمل فى الطب والصناعات الغذائية وغيرها .

زبدة الكاكاو **Caco butter**

دسم يحصل عليه من حبوب الكاكاو ويستخدم فى صناعة الصابون ومستحضرات التجميل والحلوى .

زيت الخروع **Castor oil**

زيت ضارب إلى الصفرة ، لزج ، يحصل عليه من بذر الخروع ، يستخدم فى الطب وفى زيوت التشحيم وإنتاج الملدنات وراتنجات الألكيد ، ومستحضرات التجميل .

زيت جوز الهند **Coconut Oil**

زيت أبيض اللون ، شبه صلب (جامد) ، نحصل عليه من زيت جوز الهند الطازج ، يستخدم لصناعة المنتجات الغذائية ومستحضرات التجميل والصابون والراتنجات والمواد المحلقة والشموع .

زيت فول الصويا **Soya Bean Oil**

زيت ثابت نحصل عليه من فول الصويا ، يستخدم فى إنتاج الراتنجات وطلاء الأسطح والصابون ومستحضرات التجميل .

زيوت عطرية **EssenTial**

زيوت لا تذوب فى الماء وتوجد بكميات صغيرة فى عدد كبير من النباتات وتستخدم فى إنتاج العطور والمواد المنكهة .

زيت قرنفل **Clove Oil**

سائل أصفر اللون عطرى ، يستخدم فى الطب وفى صناعة العطور والحلوى.

زيت كافور **Camphor Oil**

يستخدم فى الصابون كمعطر وزيوت التزييت .

زيت بذر الكتان **Linseed Oil**

زيت ناتج من بذور نبات الكتان ، يدخل فى صناعة البويات والعقاقير الطبية وغيرها .

زيت بذر القطن **Cottonseed Oil**

زيت أصفر ضارب إلى البنى ، ينتج من بذور نبات القطن وله العديد من الاستعمالات

زيوت مكبرتة (زيوت مسلفنة) **Sulphonated Oils**

زيوت حيوانية أو نباتية عولجت بحمض الكبريتيك لإعطاء مركبات صيغتها على الشكل $R.O.SO_3H$ وتدخل فى صناعة المنظفات وغيرها .

سناج **Soot**

ناتج حرق الفحم أو الخشب الذى يتكون أساساً من الكربون المختلط مع نسبة من القار والأملاح والرماد .

شمع **Wax**

هى إسترات الأحماض الدهنية العليا والكحولات العالية الأحادية الهيدروكسيل وتنتشر فى الحيوان والنبات وهى ثابتة جداً لا تذوب فى الماء ولكن تذوب جيداً فى البنزين والكلوروفورم والإثير ، وتقسم الشموع حسب المنشأ إلى شموع حيوانية مثل شمع النحل وشمع الصوف (لانولين) الذى يحمى صوف وجلد الحيوانات من الرطوبة والجفاف وشمع الأسبيرماسيت ويحضر من زيت العنبر (العنبر حوت عظيم ذو أسنان) ، وشموع نباتية تشكل طبقة رقيقة تغطى سطح الأوراق والأغصان والثمار وتحميها من البلل والجفاف، وشموع معدنية من أوزوكريت .

شمع كارنوبا **Carnauba Wax**

شمع صلد للغاية ، يحصل عليه من أوراق شجر توجد أساساً فى البرازيل ، يستخدم إلى حد كبير فى مستحضرات التلميع .

شيلاك (صمغ اللك) **Shellak**

راتنج طبيعى يفرزه نوع من الحشرات ، وقابل للذوبان فى الكحول ، يستخدم الورنيشات الكحولية ومواد اللصق وغيرها .

طلق (تلك) سليكات المغنسيوم **Talc**

مسحوق بلورى أبيض أو مائل قليلاً إلى السمرة ، عديم الطعم والرائحة ، دهنى الملمس ، لا يذوب فى الماء ، يدخل فى الطب ومستحضرات التجميل .

عنبر **Ambergris**

مادة شمعية ذات تركيب معقد ورائحة مميزة لطيفة ، يظن إنها تنشأ من أمعاء الحيتان ، وتستعمل فى صناعة العطور .

منتول **Menthol**

مكون أساسى فى زيت أثيرى يدعى زيت النعناع وهو مادة بلورية ذات رائحة مميزة يحضر من زيت النعناع ، يستعمل فى الطب ضد وجع الرأس وكمادة مطهرة أثناء التهابات الأنف والحنجرة ويدخل فى الصناعات الغذائية وصناعة العطور .

مواد عطرية (عطور) **Aromatics**

مركبات عطرية عضوية ذات رائحة ذكية مميزة تستعمل فى إنتاج مختلف العطور ومواد التجميل والصابون والمنتجات الغذائية وغيرها وذلك لإعطائها رائحة معينة طيبة، والمواد العطرية واسعة الانتشار فى الطبيعة .

هاون عقيق **Agate Mortar**

وعاء صغير على شكل طاس (سلطانية) يصنع من العقيق ويستخدم فى سحق المواد شديدة الصلادة باليد .



المراجع العربية

- النباتات الطبية والعطرية - د. الشحات نصر أبو زيد .
- التوابل - د. عباس الحميدي
- الجداول الفنية - تأليف إنجلبرت جرايتز. ترجمة م. محمد عبد المجيد نصار
- القاموس الزراعي - أحمد الخطيب .
- المنجد في الكيمياء (قاموس)
- معجم مصطلحات التكنولوجيا الكيميائية - تصنيف د. م يحيي مصطفى العجماوي و م. حسن محمد إسماعيل .

المراجع الأجنبية

- Perfume, Flavour and essential oil industry .S.B . srivastva .
- Genuther - The Essential Oils
- Manufcture Of Perfume , Cosmetics And Detergents - Gir Raj.
- Aroma Therapy - The Encyclopedia Of Plants And Oils And How They Help You By Daniele Ryman .
- Soap , Detergent And Perfume Industry By S.B. srivastva .
- Mc Graw Hill Dictionary Of Chemical Terms By Sybil P. Parker .

الفهرس

الاحتفاظ بالجمال والرشاقة حلم يراود كل امرأة فى كل مكان وزمان ، وهى تسعى بكل ما تستطيع لتحقيق هذا الهدف ، وتبحث عن كل ما يساعدها على زيادة جمالها سواء كان جمال الوجه أو الشعر أو جسمها بصفة عامة .

ويوجد العديد من المستحضرات التى تقدم للمرأة ما تصبو إليه، وهى مواد مختلفة الأنواع ، تلبى كل أغراض المرأة .

وهذا الكتاب الذى نقدمه إلى كل امرأة ينقل إليها صيدلية مستحضرات التجميل إلى بيتها ، أى أنه يقدم لها طريقة صناعة ما يلزمها من مستحضرات تجميلية بنفسها وبأدوات ومواد بسيطة متوافرة فى بيتها ، أو يمكن شراؤها بسهولة دون أن تكلفها الكثير ، وبذلك تكون هذه المستحضرات متوافرة لها فى كل وقت .

والوصفات المقدمة فى هذا الكتاب بسيطة سهلة يمكن لأية امرأة صناعتها بنفسها دون عناء .

وهذه الوصفات أيضا متنوعة ، ويوجد بها كل ما تحتاج إليه المرأة من مستحضرات سواء كانت خاصة بالعناية بالبشرة أو الشعر، أو الجلد ، ومع كل وصفة أو تركيبة يقدم المؤلف المكونات والكميات اللازمة وطريقة تصنيعها فى خطوات سهلة بسيطة .

عزيزتى المرأة ، إن هذا الكتاب نقدمه لكِ لتزدادى جمـ وتتألقى فى دنيا الجمال والرشاقة .

مع خالص تمنياتنا بجمال دائم بإذن الله تعالى .

